

# ACTIONS CULTURELLES

ASTUCES  
EN  
CUISINE

2025

CREATION  
MONDIALE



LA CIE LÉZARDS QUI BOUGENT  
FABRIK THÉÂTRE OPÉRA

&

LE THÉÂTRE DU FAUNE



## CLOWN DE CIRQUE POUR ENFANTS

### LE BURLESQUE CORPOREL : CASCADES, CHUTES, CLAQUES, GAGS

Un atelier pour s'initier au burlesque corporel, trébucher, chuter, donner et recevoir des claques et des coups en jouant à se faire mal sans se faire mal.

Le but de cette initiation est de posséder une palette de techniques pour révéler son humour physique, s'amuser et prendre du plaisir avec la maladresse.

Age : entre 7 ans et 15 ans (enfants) / Adultes à partir de 16 ans

- Nombre de participants maximum : 16 personnes
- Durée : 1h à 2h/jour

#### **Descriptif de l'atelier :**

Nous proposons des ateliers de cascades burlesques à un public large allant des enfants, adolescents, adultes et personnes en situation de handicap. Le thème de ces ateliers est l'univers burlesque (physique et verbal).

Cette proposition d'expérimentation s'articule autour de la connaissance de soi, de ses capacités, de ses limites et de ses possibles envisageables.

#### **Déroulé :**

Nous élaborerons des jeux et exercices de mécanique physiques pour découvrir l'humour physique. Et tout cela dans une atmosphère détendue et drôle où le rire et l'auto-dérision auront une place fondamentale. Cet univers est aussi le mien, celui que j'explore depuis quelques années et que je souhaite partager avec un public désireux de s'ouvrir au monde de la comédie physique sur scène.

**Intervenant : Felipe MAGANA**



CLIC !

# CLOWN DE THÉÂTRE POUR ADOS OU ADULTES

**Entrées et sorties clownesques / improvisations à partir de thèmes ou canevas / 10-15 ans / Adultes à partir de 16 ans**

Un atelier pour s'initier à la présence clownesque et à l'improvisation à partir de thèmes

Le but de cet atelier est destiné à faire prendre conscience de ce qui entoure la personne au plateau (l'espace et ses partenaires), de soi-même (son corps, ses mouvements, sa voix) et de ce que l'on exprime devant autrui.

Age : entre 10 et 15 ans (enfants) / Adultes à partir de 16 ans

- Nombre de participants maximum : 16 personnes
- Durée : 1h/jour pour les enfants / 2h/jour pour les adultes / Possibilité de stage de 1 à 2 jours

## **Descriptif de l'atelier :**

Nous proposons un atelier de jeu comique avec la découverte des bases et des techniques du jeu clownesque. Le travail consiste à développer les qualités personnelles de chaque participant : prendre conscience de ses capacités comiques, développer un vocabulaire clownesque et apprendre à jouer avec les autres.

## **Déroulé :**

Nous proposerons des jeux et des exercices d'improvisation, avec des consignes, des indications, des règles simples pour « apprendre à jouer » en s'amusant (mais avec rigueur aussi !). Les exercices se font en solo et à plusieurs.

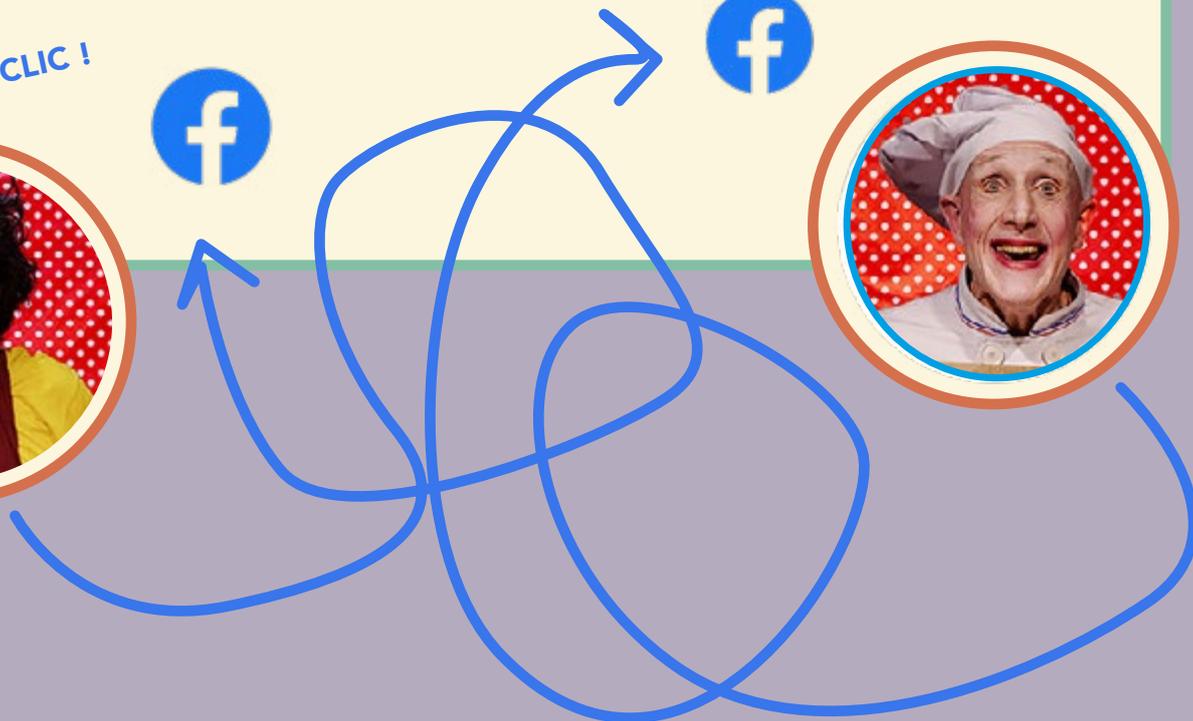
**Intervenant : Felipe MAGANA et Fred ROBBE**



CLIC !



CLIC !



# ATELIER INTENSIF D'ECRITURE

**Durée : 2 à 5 jours / Adultes / Maximum 10 à 12 personnes**

Cet atelier propose une exploration approfondie de l'écriture dramaturgique du plateau, un aspect fondamental dans la création théâtrale, opératique ou cinématographique. Au-delà des simples mots, la mise en scène devient ici une véritable partition, où chaque geste, chaque mouvement, chaque silence contribue à la narration et au sens global de l'œuvre.

Sous la direction de Kristian FREDRIC, dramaturge, librettiste et metteur en scène renommé, vous plongerez dans un processus créatif stimulant, axé sur l'écriture en amont du plateau.

À partir de textes choisis avec soin, vous serez invités à bâtir une proposition de mise en scène cohérente et puissante, en vous interrogeant sur les enjeux artistiques et les intentions sous-jacentes.

Cet atelier vous aidera à comprendre comment chaque élément textuel peut se transformer en action, en émotion, et contribuer à l'harmonie d'une œuvre scénique.

Que vous travailliez dans le théâtre, l'opéra ou le cinéma, l'écriture – qu'elle soit celle d'un scénario ou d'une mise en scène – est une étape essentielle qui vous permettra de mieux appréhender non seulement la structure de votre projet, mais aussi les futures collaborations artistiques avec acteurs, scénographes ou compositeurs.

**Pendant ces 2 à 5 jours intensifs, vous aurez l'occasion de :**

- . Développer vos compétences d'écriture scénique en lien avec des textes de référence,
- . Expérimenter la mise en forme d'idées abstraites en actions concrètes sur scène,
- . Apprendre à structurer votre pensée dramaturgique de manière à anticiper les interactions sur le plateau,
- . Comprendre comment l'écriture peut faciliter le dialogue entre les différents collaborateurs artistiques (comédiens, musiciens, scénographes, etc.).

Cet atelier est conçu pour un petit groupe de participants (maximum 10 à 12 personnes) afin de favoriser un cadre intimiste et propice à l'échange, où chacun pourra recevoir une attention particulière et des retours personnalisés.

Afin de mieux comprendre les motivations profondes de chaque participant et d'enrichir le processus collectif, il sera demandé à chacun d'écrire une lettre exprimant ses aspirations et ses attentes vis-à-vis de l'atelier.

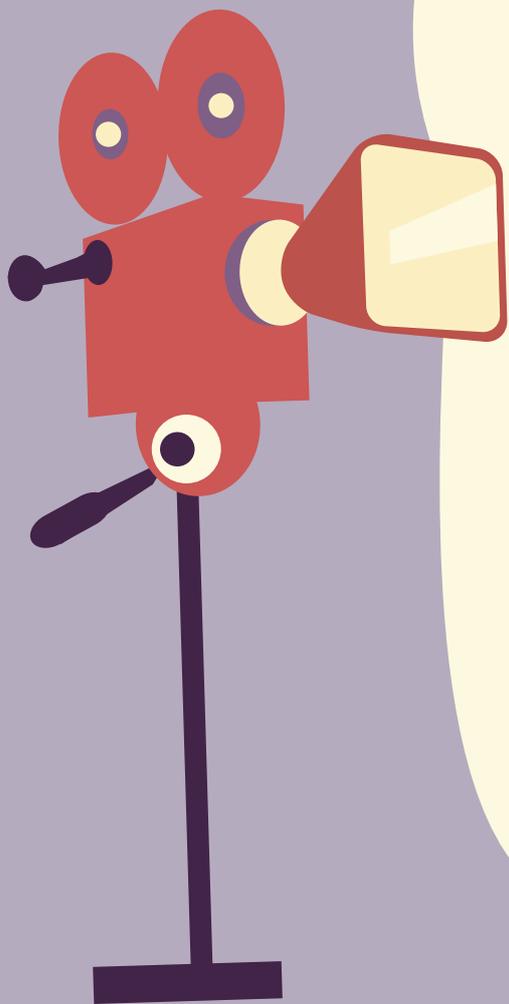
Rejoignez-nous pour cette expérience unique, où la mise en scène devient écriture, et l'écriture, mise en scène. Ensemble, explorons la magie de la dramaturgie au service de la création scénique.

**Intervenant : Kristian FREDRIC / [www.kristianfredric.com](http://www.kristianfredric.com)**

**CLIC !**

**CLIC !**





## CONTACT

**CIE LÉZARDS QUI BOUGENT FABRIK THÉÂTRE OPÉRA**  
**6 TER AVENUE JOUANDIN - 64100 BAYONNE**  
**Kristian Frédéric - +33 (0)6 83 89 05 10**  
**contact@lezardsquibougent.com**  
**www.lezardsquibougent.com**

**CHARGÉE DE DIFFUSION**  
**Coquelicot Diffusion**  
**Virginie Bedat Di Bella - +33 (0)6 17 17 20 22**  
**virginie@coquelicotdiffusion.fr**

<https://www.lezardsquibougent.com/astuces-en-cuisine>

COMPAGNIE  
**LÉZARDS QUI BOUGENT**  
FABRIK THÉÂTRE OPÉRA

 **Théâtre  
du Faune**