Les Joli(e)s Mômes pour les ainé(e)s vosgien(ne)s
Ateliers de découverte du théâtre pour les plus de 60 ans

Nous croyons que le théâtre est un outil formidable pour tisser des liens et pour travailler sur soi dans la bonne humeur. Aussi il nous paraît particulièrement adapté pour les plus de 60 ans vosgiens.
Les Joli(e)s Mômes, présents sur de nombreux territoires vosgiens, reçoivent régulièrement des demandes du public pour des ateliers de pratique du théâtre pour adultes, en après-midi (horaire adapté aux plus de 60 ans).
Nous développons l'idée d'utiliser le théâtre comme outil de médiation pour accompagner le bien vieillir : travail sur soi, sur l'écoute de l'autre, échanges, mobilisation physique douce et de la mémoire.
Par ailleurs, nous visons un territoire rural, peu toucher à ce jour par des actions culturelles de ce type.

Objectifs du projet

Objectif général :

- Développer le bien vieillir pour les plus 60 ans vosgiens par la pratique du théâtre

Objectifs spécifiques :

- Pratiquer une activité épanouissante collectivement, ainsi développer, créer, réactiver des liens sociaux
- S'adresser à tous les plus de 60 ans, en ruralité en particulier

Objectifs opérationnels :

- Mobiliser de nouveaux publics sur les territoires cibles. Atteindre de nouveaux plus de 60 ans
- Faire pratiquer le théâtre pour travailler l'épanouissement de chacun et le lien social
- Faire acquérir aux plus de 60 de nouvelles compétences, enclencher un nouveau travail, voire une nouvelle passion. Nos ateliers doivent être un premier pas. Une suite sera certainement à développer (création de spectacles…)
- Faire rencontrer aux seniors des enfants et/ou des adolescents du territoire pour pratiquer ensemble

Le projet consistera à animer des ateliers en utilisant l'outil théâtral pour créer des moments de joie. Les ateliers seront composés de jeux et d'exercices théâtraux : jeux d'écoute, jeux de confiance, jeux autour des émotions, travail corporel adapté (prendre conscience de son corps, s'amuser de son image), travail vocal (prendre la parole devant le groupe, assumer sa voix, travail en chœur) ; jeux d'imagination (inventer, s'amuser à être quelqu'un d'autre, rire de situations du quotidien, rebondir sur les idées des autres), jeux de mémoire.
Nous menons des ateliers réguliers sur le territoire cible pour les enfants et adolescents. Nous souhaitons proposer en fin de cycle un temps de pratique intergénérationnel. Sans objectif de création. Il s'agira simplement de pratiquer ensemble. Pour les plus de 60 ans, de rencontrer des plus jeunes, leur inventivité, leur énergie. Pour les enfants et ados, de pratiquer avec des adultes, s'enrichir d'expérience de jeu différentes. Pour les deux publics, nous travaillerons le lien et l'ouverture à l'autre.

Cycle de 10 ateliers de 1h30 . étalés sur 2,5 mois.