



Collectif Amateurs de Théâtre - CAT

Association Loi 1901

Siège social : Maison de la Culture et de la Citoyenneté

4, allée des Brotteaux 01000 Bourg en Bresse

N° Siret : 81766421200021

cat.bourg01@gmail.com

www.amateurstheatrebourg.com

Contact : Christine Putin : 06 32 32 21 23

Contact stage : Geneviève Poizeau 06 99 72 84 23

STAGES 2025/2026

- JE SUIS UN CLOWN – Christine Girod – 29 et 30 novembre 2025
- PERSONNAGES ET ÉMOTIONS – Laurence Bert-Marcz – 13 et 14 décembre 2025
- THÉÂTRE D'IMPROVISATION: J'Y CROIS COMME DANS LA VRAIE VIE – Laurence Bert-Marcz – 24 et 25 janvier 2026
- LA METAMORPHOSE D'UN PERSONNAGE – Jean-Philippe Proust – 7 et 8 mars 2026
- JE NE SAIS PAS CHANTER MAIS J'ASSUME – Laurence Bert-Marcz – 28 et 29 mars 2026

PRÉSENTATION DES INTERVENANT-ES

Christine Girod

Christine Girod est présidente de la Compagnie théâtre du Mont Royal d'Hauteville. Elle s'est formée au Bataclown, à Art rire et compagnie ainsi qu'au Voyageur debout. Elle est metteuse en scène de spectacles qui lient l'art lyrique et le clown. Elle organise régulièrement des stages clowns pour enfants et adultes. Elle a également été clown à l'hôpital avec l'association Clowns z'hôpitaux pendant 10 ans. Les stages qu'elle anime ont un grand succès.

Laurence Bert-Marcz

On peut caractériser Laurence Bert-Marcz de touche-à-tout car elle a plus d'une corde à son arc. Elle a découvert la scène et appris la rigueur en pratiquant 15 ans de danse classique avant de plonger dans l'improvisation il y a plus de 20 ans. Elle s'est formée auprès de diverses structures de théâtre d'impro, clown et chant. Ancienne membre de la troupe des AHURIS, elle joue aujourd'hui avec les « Voleurs de Sourire » à Mâcon. Généreuse et débordante d'énergie, elle parcourt la France pour transmettre son savoir et a déjà coaché des troupes comme des comédiens solos.

Jean-Philippe Proust

Comédien et metteur en scène, Jean-Philippe Proust a suivi une formation à l'école du Théâtre de l'Iris, puis au Conservatoire de Villeurbanne, où il a été dirigé par Philippe Clément. Il est le fondateur et directeur artistique de la *Compagnie La Pierre d'Amyon*, installée dans le Bugey depuis 2021, où il propose une école de théâtre et des ateliers. Il met en scène plusieurs troupes et anime des stages fort appréciés.

PRÉSENTATION DES STAGES

JE SUIS UN CLOWN

Dates : 29 et 30 novembre 2025

Intervenant·e : Christine Girod

Présentation

Ce clown qui est en nous ne demande qu'à montrer le bout de son nez. Il recèle des trésors d'émotions et de pudeur. Il ne s'agit pas de faire des clowneries mais de laisser émerger ce personnage émouvant et vrai qui s'émerveille de la vie et de ses aléas.

Le stage comporte : exercices ludiques pour ouvrir l'imaginaire, mises en situation privilégiant l'écoute et temps de parole sans jugement. Ce travail mène vers l'autodérision et le lâcher-prise.

Informations pratiques

Lieu : Salle de l'ancienne Chapelle des Vennes – Bourg-en-Bresse

Horaires : 9h00-12h00 et 14h00-17h00

Niveau : tout public

Âge minimum : 18 ans

Coût : 35€ adhérents / 55€ non-adhérents

Date limite inscription : 17 novembre 2025

Fiche d'inscription

Voir en dernière page

PERSONNAGES ET ÉMOTIONS

Dates : 13 et 14 décembre 2025

Intervenant·e : Laurence Bert-Marcz

Présentation

Un stage pour explorer différentes facettes de personnalités et d'émotions afin d'enrichir son jeu dramatique. Travail sur la voix, la diction, les intonations, les mimiques, le jeu non-verbal et la gestuelle.

Un stage à la fois exigeant et joyeux, où l'on apprend à se transformer, à se surprendre et à jouer avec la richesse infinie des personnages et des émotions.

Informations pratiques

Lieu : Salle de l'ancienne Chapelle des Vennes – Bourg-en-Bresse

Horaires : 9h00-12h00 et 14h00-17h00

Niveau : comédiens avec au moins un an de pratique ou plusieurs stages déjà réalisés

Âge minimum : 18 ans

Coût : 35€ adhérents / 55€ non-adhérents

Date limite d'inscription : 1er décembre 2025

Fiche d'inscription

Voir en dernière page

THÉÂTRE D'IMPROVISATION : J'Y CROIS COMME DANS LA VRAIE VIE

Dates : 24 et 25 janvier 2026

Intervenant-e : Laurence Bert-Marcaz

Présentation

Apprendre à rendre une scène improvisée crédible et juste, pour que le spectateur ait l'impression d'y être. Travail sur des situations improvisées, justesse du jeu et construction d'histoires réalistes. L'objectif : sortir des automatismes, élargir la palette expressive de chaque participant et explorer en profondeur la richesse des émotions pour nourrir le jeu dramatique.

Informations pratiques

Lieu : Salle de l'ancienne Chapelle des Vennes – Bourg-en-Bresse

Horaires : 9h00-12h00 et 14h00-17h00

Niveau : comédiens avec au moins un an de pratique ou plusieurs stages déjà réalisés

Âge minimum : 18 ans

Coût : 35€ adhérents / 55€ non-adhérents

Date limite inscription : 12 janvier 2026

Fiche d'inscription

Voir en dernière page

LA MÉTAMORPHOSE DU PERSONNAGE

Dates : 7 et 8 mars 2026

Intervenant : Jean-Philippe Proust

Présentation

Le théâtre, c'est l'art du changement : changer d'émotion, d'état, de personnage, d'enjeu...

Pendant deux jours, nous plongerons au cœur de cette métamorphose dramaturgique, en explorant les transformations saisissantes — qu'elles passent par l'apparence, l'attitude ou le caractère.

Pour sortir du mental et favoriser le lâcher-prise créatif, chaque journée débutera par une heure d'entraînement physique (marche, respiration, exercices techniques). Cette mise en mouvement, en travaillant sur la fatigue et l'endurance, ouvre un espace de disponibilité totale pour le jeu.

Ensuite, place au plateau :

- Improvisations guidées, avec une progression de plus en plus riche et complexe,
- Extraits de textes qui viendront nourrir et soutenir l'exploration,
- Un travail d'intensité et de présence, pour oser basculer d'un état à l'autre et faire surgir des personnages multiples.

Un stage pour s'immerger dans l'énergie du changement, goûter au plaisir de la transformation et enrichir son jeu de comédien.

Informations pratiques

Lieu : Salle de l'ancienne Chapelle des Vennes – Bourg-en-Bresse

Horaires : 9h00-12h00 et 14h00-17h00

Niveau : tout public

Âge minimum : 18 ans

Coût : 35€ adhérents / 55€ non-adhérents

Date limite inscription : 23 février 2026

Fiche d'inscription

Voir dernière page

JE NE SAIS PAS CHANTER MAIS J'ASSUME

Dates : 28 et 29 mars 2026

Intervenante : Laurence Bert-Marcas

Présentation

Un stage pour dépasser la peur de chanter sur scène, même sans connaissances musicales, avec des techniques simples pour se lâcher et intégrer le chant au jeu théâtral, dans la bonne humeur.

Beaucoup d'acteurs redoutent le chant : peur de "mal chanter", de ne pas être juste, de perdre ses moyens devant les autres... Ce stage propose de dépasser ces blocages pour découvrir que chanter au théâtre, ce n'est pas chercher la perfection musicale, mais oser s'exprimer avec sa voix.

Pas question de performance ou de virtuosité, mais d'assumer pleinement sa voix, avec ses aspérités et son authenticité, et de s'amuser à l'intégrer au jeu dramatique.

Un stage pour chanter sans complexes, se libérer de ses peurs, et découvrir le plaisir de faire résonner sa voix sur scène.

Informations pratiques

Lieu : Salle de l'ancienne Chapelle des Vennes – Bourg-en-Bresse

Horaires : 9h00-12h00 et 14h00-17h00

Niveau : tout public

Âge minimum : 18 ans

Coût : 35€ adhérents / 55€ non-adhérents

Date limite : 16 mars 2026

Fiche d'inscription

Voir dernière page

FICHE D'INSCRIPTION

Cocher le ou les stages choisis :

- ☀ JE SUIS UN CLOWN – Christine Girod
29 et 30 novembre 2025
- ☀ PERSONNAGES ET ÉMOTIONS – Laurence Bert-Marcaz
13 et 14 décembre 2025
- ☀ THÉÂTRE D'IMPROVISATION : J'Y CROIS COMME DANS LA VRAIE VIE –
Laurence Bert-Marcaz – 24 et 25 janvier 2026
- ☀ LA MÉTAMORPHOSE D'UN PERSONNAGE – Jean-Philippe Proust
7 et 8 mars 2026
- ☀ JE NE SAIS PAS CHANTER MAIS J'ASSUME – Laurence Bert-Marcaz
28 et 29 mars 2026

L'inscription au stage sera effective dès réception du chèque ou du virement bancaire (voir RIB ci-dessous).

Une facture peut être envoyée sur demande.

Avant de faire un virement ou d'envoyer un chèque téléphonez pour savoir s'il reste de la place pour le stage : Geneviève Poizeau 06 99 72 84 23

Repas partagé (possible sur place) tiré du sac. La salle est équipée (frigo, micro-onde, vaisselle)

Tenue souple et pratique pour le week-end.

A renvoyer par mail à : cat.bourg01@gmail.com

Téléphone de contact pour les stages : Geneviève Poizeau 06 99 72 84 23

Nom et prénom :

Téléphone :

Adresse mail :

Expérience théâtrale :

Appartenance à une compagnie ou atelier :

€ J'envoie par courrier un chèque de euros au nom du Collectif des Amateurs de Théâtre à Geneviève Poizeau - 134 impasse des Platanes - 01250 Montagnat

OU

€ je fais un virement de euros (coordonnées bancaires ci-dessous)

Association exonérée de TVA (Art.293b du code général des impôts)

Coordonnées bancaires de l'Association

Crédit Agricole

IBAN (International Bank Account Number) : FR76 1780 6004 4004 1148 8799 047

Code BIC (Bank Identification Code) - Code SWIFT : AGRIFRPP878