



LES DRÔLES DE COMPÈRES

UNE TROUPE DE THÉÂTRE INCLUSIVE

LES ATELIERS D'EXPRESSION



Pour les personnes en situation de handicap mental et psychique

L'association **LES DRÔLES DE COMPÈRES (LDDC)** est une compagnie de théâtre composée de **comédiens en situation de handicap mental et psychique**, aux **talents uniques et atypiques**.

Sa mission principale est de **sensibiliser le grand public au handicap**, en s'adressant **tous les milieux** : enfants, adolescents, adultes, seniors, élus, institutions publiques, associations et entreprises.

Pour transmettre ces messages, l'association utilise **l'art comme un puissant vecteur de communication**, à travers diverses actions :

- **Spectacles de théâtre humoristique**
- **Ciné-débats** sur leurs films engagés
- **Théâtre participatif et ateliers de théâtre**
- **Spectacles de danse** et défilés de mode
- **Livres audio pour enfants**

L'objectif de l'association est de **changer le regard du public sur le handicap**, de déconstruire les préjugés et de promouvoir des **initiatives en faveur de l'inclusion** des personnes en situation de handicap dans la société.





Les ateliers d'expression, tels que le théâtre, le cirque et la danse, apportent des bienfaits considérables aux personnes en situation de handicap. Ils offrent un espace créatif et inclusif tout en stimulant le développement cognitif, psychomoteur, comportemental et physique, contribuant à l'épanouissement global de chaque participant. Ces formes d'art permettent aux individus d'explorer leur potentiel, de renforcer leur confiance en eux et de tisser des liens significatifs avec les autres, favorisant ainsi un épanouissement personnel.

Chaque atelier peut accueillir jusqu'à **10 participants**, regroupés par niveau de compétences, garantissant un environnement d'apprentissage optimal. Les sessions durent entre **1h00 et 2h00** et peuvent se dérouler sur des périodes flexibles, selon les besoins et les plannings. Ces ateliers peuvent ainsi être organisés sur des cycles **trimestriels, semestriels ou annuels**, en fonction des besoins des participants et des contraintes organisationnelles.

Conçues spécifiquement pour répondre aux besoins des personnes en situation de handicap, ces activités se déroulent au sein de l'établissement, offrant un cadre familial et confortable propice à la créativité. L'objectif principal est de créer un environnement inclusif et bienveillant, où chacun peut découvrir, échanger et s'épanouir à travers l'expression artistique. Ces ateliers visent à encourager l'expression personnelle, renforcer la confiance en soi, stimuler les interactions sociales, favoriser le développement émotionnel et nourrir un sentiment d'accomplissement.



L'ATELIER THÉÂTRE

Exercices de théâtre

L'atelier théâtre s'appuie sur un ensemble d'exercices structurés et progressifs permettant de développer différentes aptitudes chez les participants. Le travail s'organise autour de plusieurs thématiques : **l'improvisation, l'expression gestuelle, la communication, la mémorisation, l'observation et l'expression émotionnelle**. Ces axes pédagogiques favorisent le développement d'aptitudes cognitives, relationnelles, comportementales et corporelles, dans un cadre adapté, sécurisant et inclusif. L'approche est modulable selon les besoins des participants et les objectifs définis avec l'institution.

Les saynètes

L'interprétation de personnage constitue une modalité de travail proposée au sein de l'atelier. Les participants peuvent choisir de s'investir dans des mini-saynètes construites autour de **situations du quotidien** (scènes de vie, échanges sociaux, moments familiaux) ou dans des **univers entièrement imaginaires et fantastiques**. Ce travail d'incarnation leur permet d'entrer dans un rôle défini, de comprendre une intention, de respecter un cadre scénarisé et d'interagir avec leurs partenaires de jeu.



L'ATELIER CIRQUE

Exercices de cirque

L'atelier cirque repose sur un travail technique progressif, adapté aux capacités de chacun. Les séances intègrent des activités autour de [l'équilibre, de la coordination, de la manipulation d'objets](#) (balles, foulards, cerceaux...), du repérage dans l'espace, du rythme et du travail en binôme ou en groupe. Ces pratiques sollicitent des compétences motrices, psychomotrices et attentionnelles, tout en encourageant l'engagement corporel dans un cadre structuré et sécurisé. Les contenus sont ajustés selon les profils des participants et les attentes de l'établissement.

Les saynètes

L'atelier peut également prendre la forme de compositions scéniques construites autour de courtes séquences de cirque. Les participants choisissent de présenter un passage individuel ou collectif, en organisant les techniques travaillées en une proposition cohérente. Ces séquences peuvent s'inspirer de [l'esthétique classique du cirque](#) ou [s'orienter vers des univers plus narratifs](#) ou imaginaires. L'accent est mis sur la construction, l'enchaînement et la présence scénique.



L'ATELIER DANSE

Danse debout

L'atelier de danse debout s'organise autour d'un travail corporel progressif adapté aux capacités des participants. Les séances intègrent des exercices liés au **rythme, à la coordination, aux déplacements dans l'espace, à la dissociation des mouvements, à l'équilibre et à la mémorisation de courtes séquences chorégraphiques**. Cette pratique mobilise des compétences motrices, corporelles et attentionnelles, tout en favorisant la conscience du corps et l'engagement dans le mouvement. Les contenus sont ajustés selon les profils, les capacités physiques et les objectifs définis avec l'institution.

Danse assise

L'atelier de danse assise propose une exploration du mouvement adaptée aux personnes ayant des limitations motrices ou nécessitant un appui stable. Le travail porte sur la mobilité **du haut du corps, la coordination bras-buste-tête, le rythme, l'expression gestuelle et la synchronisation** en groupe. Les exercices permettent de structurer des enchaînements accessibles, en valorisant la précision du geste, la présence et l'intention dans le mouvement. Cette modalité favorise la participation active de chacun dans un cadre inclusif, en tenant compte des capacités physiques et du confort des participants.

