

Une production  
**Projet.PDF**

# Je suis moi. Qui es-tu ?

Titre provisoire  
Création 2025



Dossier de médiation





Le document a pour but de présenter les différentes propositions d'ateliers et rencontres autour de la création jeune public **Je Suis moi qui es-tu?** du collectif projet.PDF. Il vous permettra de découvrir notre démarche pédagogique, les valeurs que nous défendons dans les projets de médiation culturelle et nos outils techniques et artistiques.

Nous utilisons plusieurs exercices qui abordent différentes notions ; recherches ludiques, écoute du groupe, confiance, disponibilité, conscience corporelle.

### La médiation Culturelle au sein du collectif.PDF

Le coeur du travail de notre collectif est la pratique et le développement des portés acrobatiques, dans le respect des différentes singularités physiques, identités et sensibilités.

Les projets de médiation culturelle que nous proposons s'adressent à un public large, de tous sexes, âges et origines sociales. Ils s'articulent autour des thèmes de nos spectacles et/ou autour de notre technique circassienne. L'organisation de ces projets se co-construit entre la structure qui souhaite les mettre en place et la médiatrice du Collectif.PDF.

### Notre démarche spécifique à cette création

La particularité de cette nouvelle création **Je suis moi qui es-tu ?** est qu'elle s'adresse au jeune public. Au cœur de ce projet, il y a l'envie de créer du lien et des rencontres avec les enfants et leurs accompagnateur-ice-s. Nous avons besoin de faire cette création en échangeant le plus souvent possible avec elles-eux.

Nous souhaitons organiser, en lien avec les théâtres qui nous accueillent, des partenariats avec différentes structures comme les écoles, les centres de loisirs, MJC, foyer d'accueil etc...

Les ateliers et les expériences proposés sont des moments pour appréhender autrement la communication entre enfants et la communication adultes/enfants, son corps face à soi même et face aux autres, s'écouter en groupe, porter attention à l'autre, approfondir la confiance en soi et la confiance aux autres.

### Les objectifs pédagogiques généraux des ateliers

- Reconnaître et accepter ses limites
- Développer l'empathie / apprendre à mesurer les conséquences de ses actes
- Entrer en contact avec ses émotions et savoir les reconnaître
- Développer sa conscience corporelle et la liberté de parole au sein d'un groupe
- Travailler à l'accroissement de l'autonomie et de l'auto-responsabilité
- Dans le cadre des ateliers adultes/enfants nous ouvrons et encourageons la communication adulte/enfant et enfant/adulte

### Les objectifs opérationnels

#### Sur le plan personnel

Augmenter/développer l'estime de soi, améliorer la confiance en ses propres capacités, oser prendre des risques malgré nos rapport au corps, apprendre à gérer les moments difficiles, apprendre à se positionner face à un défi : l'accepter ou le refuser en fonction de ce qu'on sent, comprendre comment se mettre en avant sans jugement envers soi-même ou les autres, ressentir de la joie et de la légèreté.

#### Sur le plan des relations

Apprendre à mieux connaître ses pairs dans un contexte peu familial, améliorer la capacité à écouter les autres et la capacité à être entendu, affiner l'aptitude à observer les autres et à être observé.e par les autres avec aisance, s'amuser ensemble, renforcer les relations entre pairs, veiller à la sécurité de chacun.e et développer la confiance en l'autre.

#### Sur le plan physique (dans les ateliers concernés)

Développement de la conscience corporelle, élimination des automatismes corporels, amélioration de l'équilibre, de la force et de la coordination.



## Les valeurs défendues par le spectacle

*Je suis moi. Qui es-tu ?*

**Un conte inclusif qui se joue des genres et dérange les idées reçues.**

**Une ode à la liberté d'être et d'aimer!**

Notre envie est que les enfants puissent se sentir libres d'être, de faire et d'aimer. Nous cherchons à ce qu'ils soient en capacité de poser leurs limites, nous travaillons autour de la notion de consentement.

Nous souhaitons ouvrir le champ des possibles aux enfants. Leur apporter des nouveaux points de vue, de nouvelles possibilités pour se sentir libres de s'exprimer et d'être. Pour cela nous les invitons à mieux se connaître, à apprendre à se lire et à reconnaître leurs émotions.

Nous nous interrogeons autour de la notion d'identité et nous défendons le fait que la pluralité est une richesse. Nous aspirons à leur donner envie d'explorer de multiples horizons.

Chacune des expériences proposées suit une trame commune:

- Un temps d'accueil et de mise en groupe (créer de la confiance, poser un cadre pour se sentir bien)
- Un temps d'expérience (description des propositions ci-dessous)
- Un temps de discussion pour partager des ressentis, des réflexions

Chaque expérience est animée et accompagnée par au moins deux artistes de l'équipe. Plusieurs ateliers peuvent être proposés. Ils sont à choisir selon l'envie et les possibilités de la structure accueillante.

Cette liste est non exhaustive, elle est en perpétuelle évolution au fur et à mesure de nos rencontres avec les publics.

### Publics concernés

Nous ciblons les 5/11 ans avec ou sans leurs familles ou accompagnateur-ice-s.

# Ateliers de portés acrobatiques

## Les ateliers de portés acrobatiques

Se rencontrer par les portés, jouer à se laisser tomber et se laisser rattraper, se retrouver la tête en bas, être soulevé-e en l'air... L'idée est de s'amuser ensemble, à se mettre en mouvement, pour le plaisir ! Chacun-e avec sa force, son poids, son âge, ses envies, ses peurs... Nous créons un espace-temps pour jouer, discuter, se surprendre et se questionner, sans jugements, sans objectifs de réussite, ni de compétition. Comment vit-on dans nos corps? Qu'est-ce qu'on porte, ou supporte ?

Le travail corporel aura pour objectif de « porter » et « se faire porter » en prenant conscience de l'effort et de l'écoute nécessaire dus à la discipline des portés, en prenant conscience de son corps et de ceux de ses partenaires (placement, coordination et écoute).

La majorité des artistes-intervenantes du Collectif PDF sont en possession du BIAC (Brevet d'Initiatrice aux Arts du Cirque).

La discipline des portés acrobatiques permet d'explorer différentes notions :

- **le corps** ► force, équilibre, souplesse, adresse, maîtrise du corps et du mouvement.
- **l'esprit** ► ténacité, maîtrise du danger, confiance en soi, réactivité.
- **le collectif** ► écoute, disponibilité, échange, discussion, négociation, remise en question, entraide.
- **la créativité** ► comment trouver sa façon de porter et d'être porté-e, comment raconter et exprimer des choses avec les portés, inventer de nouveaux mouvements, explorer différentes qualités.

L'association permanente du travail technique avec l'expression et la créativité permet de donner un sens d'entraide et de solidarité à cette pratique (valorisation de soi, travail collectif, démarche créative, humilité, engagement) ce qui est renforcé par l'absence d'esprit de compétition.

Cet atelier peut être proposé aux familles. Il devient alors un atelier adulte-enfant où on questionne qui porte qui et où les exercices proposés s'adaptent aussi aux capacités de chacun-e.



# Les autres ateliers proposés

Au terme de la création nous aurons à notre disposition un catalogue des propositions.

Pour le moment nous sommes en construction de cet éventail. Pour chacun des ateliers nous avons une posture et des principes pédagogiques communs.

Le cadre posé dans chacun des ateliers permet d'explorer différentes notions :

- Nous portons attention à la circulation de la parole. Nous la faisons circuler et veillons à ce que chacun.e puisse s'exprimer si iel le souhaite.
- Nous invitons les participant-e-s à s'écouter les un-e-s les autres et à parler à la première personne du singulier.
- Confidentialité : ce que chacun-e raconte de sa vie, lui appartient, c'est sa vie, ça reste ici.
- Nous sommes à l'écoute du consentement de chacun-e il n'y a pas d'obligation à faire un exercice si celui-ci pose un problème à la personne qui participe.
- Nous expliquons le sens de ces "règles de fonctionnement collectif" pour que chaque participant.e puisse s'en saisir et y adhérer.
- Nous adaptons les activités au groupe et aux possibilités de chacun.e

## Ateliers de pratique et de réflexion-discussion

Dans ces ateliers, sur des temps plus longs, nous proposons d'**approfondir les thématiques, les techniques circassiennes du spectacle, par une double approche** :

Physique, en expérimentant les techniques des portés acrobatiques et réflexive en se questionnant collectivement, avec des outils issus de l'éducation populaire.

La démarche d'éducation populaire vise à «*reconnaître les savoirs des participant-e-s qu'ils soient théoriques, pratiques, issus de leurs expériences*». Le partage de ces savoirs vécus permet de se questionner collectivement sur les rapports de domination, les représentations, les normes et de développer ensemble de nouvelles réflexions.

## Atelier artistique adultes/enfants

### «l'art du mouvement : corps, cirque et relation»

L'atelier vise à créer un lien entre les compétences corporelles et les aptitudes sensorielles, en offrant aux participants de nouveaux outils pour développer l'imagination et la créativité motrice et artistique.

A travers le jeu et l'apprentissage des portés, les participant-e-s travaillent la coordination et la proprioception en apprenant de nouveaux mouvements qui les amèneront à découvrir les parties les plus cachées du corps.

En outre, le «jeu avec le danger» typique du cirque nous donne l'occasion de nous confronter et même de nous heurter à la complexité de la réalité, à nos émotions et à nos sensations.

### Atelier d'écriture

En choisissant un thème ensemble ou en amont et en utilisant des outils ludiques nous proposons d'**écrire un conte collectif** avec un groupe d'enfants ou un groupe adultes/enfants.

*Durée minimum de l'atelier deux heures.*

## Atelier - partage avec les Formateurs-trices

Par notre pratique du collectif depuis bientôt 10 ans nous sommes ravies de proposer un temps d'échange où nous décortiquons ensemble **comment gérer un collectif, le faire vivre et avancer**.

### Apéritif/goûter partagé:

#### Les repas sont de beaux prétextes à la rencontre.

Ouvrir un espace de convivialité permet de se sentir un peu chez soi, de passer un temps privilégié ensemble. Le tout dans une ambiance chaleureuse, avec des échanges informels, des jeux animés par l'équipe.

## Goûter philo

### L'égalité de genre, on en parle avec les mots et le corps !

Nous proposons d'ouvrir un espace d'échanges et de réflexion, avec les enfants, sur les questions d'égalité. La discussion est animée avec des jeux, des lectures collectives, pour voir quels sont les a priori que nous collons à notre identité de genre. Nous cherchons à identifier les sensations dans le corps et les émotions qui nous traversent. Se partager des stratégies et astuces pour vivre plus librement avec notre identité...

Après les mots, c'est par le corps que l'on expérimente cette liberté, par des exercices sur la confiance en soi, aux autres. Le temps de discussion se termine par un goûter. Cet atelier peut se faire avec un groupe d'enfants ou un groupe parents/enfants.



**Et plus tard...**

**Un livre** sera édité par nos soins. Il permettra aux familles et aux écoles de revenir sur les thèmes abordés par ce spectacle.

La narration de notre histoire sera mise en image par Renata Do Val circassienne dans notre premier spectacle "*Portés de Femme*" et plasticienne dans "*Légendes urbaines*".

**Des bords plateaux** seront proposés à l'issue de chaque représentation. Ils permettent au public de poser toutes les questions qu'il veut. Des artistes du collectif seront là pour y répondre et animer l'échange si besoin.

### **Ateliers de longue haleine**

Ce format d'atelier a pour but de mettre en confiance les enfants pour qu'ils se sentent libres avec nous. Nous pouvons imaginer intervenir plusieurs fois dans l'année pour un plus grand partage, pour plus d'approfondissement et pour casser la distance artiste/enfant.

Dans les écoles, nous imaginons des échanges/discussions avec les instituteur-s pour qu'ils aient les moyens de répondre aux questions des enfants.

### **Conditions techniques**

**Équipement nécessaire** : Tables, chaises.

Pour les ateliers de portés espace, minimum 7 mètres par 7 mètres au sol et 3m minimum de hauteur sous plafond. D'autres matériels spécifiques pourront être demandés selon les ateliers (ex: tapis de sol, ... )

Les ateliers peuvent se dérouler dehors en fonction de la météo.

**Préparation et gestion des collations** : à définir ensemble, géré par le Collectif projet.PDF, la structure accueillante ou chacun.e des participant.e.s amène quelque chose.

**WWW.projet-pdf.fr**

Production | **Anne Maurice**  
production@projet-pdf.fr  
06 33 60 68 45

Médiation | **Soffé Gorisse**  
mediation.pdf@gmail.com  
06 62 52 37 55

Administration | **AnneSo Roffé**  
administration@projet-pdf.fr  
06 48 63 74 21

Le collectif projet.PDF  
est conventionné par la DRAC OCCITANIE



licence d'entrepreneur de spectacle 2-1111233  
et 3-1111234 - Mise en page (jō) jo-o.fr