



LE LANGAGE UNIVERSEL DE L'ACTEUR

Exploration de l'art du mime et du geste

Stage dirigé par
Elena SERRA

PUBLIC CONCERNÉ

Comédien-ne-s artistes pluridisciplinaires en quête d'approfondir la maîtrise du corps, la musicalité du mouvement et le jeu universel de l'acteur avant la parole. Pas de près requis.

La sélection des participant-es sera faite selon les critères suivants : sur présentation d'une lettre de motivation et d'un dossier de présentation du parcours artistique du-de la candidat-e.

MODALITÉS DE MISE EN OEUVRE

Dates : du 19 au 23 janvier 2026

Horaires : 10h – 17h (du lundi au vendredi)

Nombre d'heures hebdomadaires : 30h

Nombre d'heures totales : 30h

Lieu de formation : ARTA – 6 route du Champ de Manœuvre 75012 PARIS

Effectif maximum : 18

Date limitée de candidature : 19 décembre 2025 (dans la limite des places disponibles)

Tarifs : 350€ (individuel) / 900€ (organisme)

Adhésion : 20€

Interlocutrice à la disposition des stagiaires : Giulia PESOLE

Tél. : 01 43 98 20 61 / Mél. : arta@artacartoucherie.com

FORMATEUR·TRICES



Elena SERRA

Pédagogue, metteuse en scène et comédienne, co-directrice du **Collectif des Arts du Mime et du Geste**, Elena Serra collabore avec le mime Marcel Marceau pendant plus de 20 ans.

Sa formation pluridisciplinaire – théâtre, mime, danse, clown – l’oriente vers une pédagogie où **le corps devient le véritable instrument capable d’interpréter le langage au service de l’acteur**. Après avoir enseigné à l’École Internationale de Mimodrame de Paris Marcel Marceau, assistée le maître durant plus de 20 ans et joué dans les créations de sa compagnie à travers le monde, elle continue à transmettre l’art du mime, du mimodrame et l’écriture dramatique de l’acteur corporel. Elle enseigne notamment à : **L’Académie Internationale des Arts du Spectacle** de Versailles, le **Conservatoire à Rayonnement Régional** de Boulogne-Billancourt, les **Scuole di Arte Drammatica Nico Pepe et Paolo Grassi**, **L’Institut du Music-Hall** du Mans, **Acting International** à Paris, **L’école de Danse de Marseille**. Elle anime également de nombreuses **master classes** et formations en Europe, Inde, Amérique, Afrique, Japon, ainsi que dans plusieurs festivals de théâtre d’improvisation, comme le **Festival Wise** et **Gouarec**.

PROGRAMME ET OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

« Avant de dire quelque chose, il faut s’assurer que le silence ne soit pas plus important »
 Marcel Marceau

L’acteur est une mystérieuse machine à fabriquer des émotions. Sa présence, la qualité de son regard, son écoute, la maîtrise de son corps dans l’espace, font du **CORPS** le véritable instrument dramatique capable de nous raconter l’essence de la vie. Nous pourrions presque appeler cette capacité le **théâtre total**.

Comme l’enfant qui **JOUE**, il s’agit de mimer le monde, un monde qui ne peut se rejouer qu’en connaissance de cause, avec la notion de plaisir, tout comme la musique qui nous touche sans rien expliquer, la vague qui nous fait chavirer ou un feu qui nous brûle telle une passion. Pour nous toucher, l’acteur doit savoir nous montrer le **« GESTE »** autrement, sans pour cela s’éloigner d’une sincérité, d’une vérité profonde.

Dans ce processus, avant tout **ORGANIQUE**, le travail de l’acteur a pour but, l’incarnation et non l’imitation.

L’acteur doit alors être capable de transformer le geste **« ordinaire »** en geste **« extra-ordinaire »** avec une physicalité différente, une quête de précision, d’économie, où même l’immobilité est habitée. Grace au langage archaïque de l’émotion universelle, le jeu d’acteur gagne en lisibilité.



PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

OBJECTIFS :

- Apprendre à connaître et à « Jouer » son propre « instrument ». Le corps est le premier vecteur des émotions sur la scène.
- Trouver la clé d'une immersion vers le plaisir et le partage collectif, grâce à l'effort physique et la capacité du lâcher prise, pour aller vers la musicalité du mouvement, la métamorphose du corps et l'incarnation.
- Pouvoir se confronter avec sa nature profonde qui fait de nos failles nos forces, pour arriver à exalter l'unicité de chacun et rendre son travail d'acteur sur scène, profondément dense et habité.

CONTENU ET METHODE :

Training physique, études des différentes techniques liées aux arts du mime et du geste à travers l'héritage des maîtres du passé.

Un travail sur les métaphores et les métamorphoses, les « mimo-dynamiques », l'identification aux éléments, aux matières, aux animaux, pour aller vers la recherche du personnage. Une approche sur l'illusion optique, les faux combats, les contrepoids, les chutes, les 5 sens, les démarches, les âges de la vie, les ellipses et la notion de mimodrame. Il s'agira d'accorder le corps comme un instrument de musique.

A travers l'improvisation, le jeu, l'articulation du mouvement, nous allons rendre visible l'invisible, faire naître le personnage et le monde, **raconter avec notre instrument dramatique, le corps, l'humanité.**

JOURNÉE TYPE :

- Le matin est dédié au training du corps de l'acteur, l'apprentissage des différentes techniques, le travail du chœur.
- L'après-midi à la créativité, l'improvisation, la construction de courts scénarios. La journée se termine avec des exercices de respiration/méditation et de stretching.

OBJECTIFS OPERATIONNELS :

- 1-Qualité du mouvement et présence.
- 2-Interprétation physique de l'acteur et du personnage.
- 3-Enrichir ses capacités pour nourrir la créativité et l'imagination.

Modalités d'évaluation :

Les acquis théoriques et pratiques feront l'objet d'un processus d'évaluation continue durant tout le déroulé de la formation et en lien avec les objectifs pédagogiques. Un regard attentif sera porté sur l'engagement du



PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

stagiaire tout au long du processus de travail. Un bilan pédagogique de la formation et des stagiaires, sera réalisé le dernier jour du stage, avec l'ensemble des participants, les intervenants et l'équipe d'ARTA.

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Supports fournis aux stagiaires : Objets, accessoires, petit mobilier (tables, chaises, etc.), ressources documentaires (pièces, ouvrages théoriques...)

Moyens techniques à la disposition des stagiaires : Studio de travail, son, lumière

ATTESTATION DE FIN DE STAGE

Une attestation de fin de stage vous sera délivrée à la fin du stage. **Les absences ne sont pas admises.**