La Douche du Lézard

présente

La parentalité en mouvement

Faire ses premiers pas vers la danse, l'art et la culture, c'est déjà permettre à l'enfant de grandir autrement comme une évidence de l'expression de soi dans notre monde.

C'est aussi permettre au jeune enfant et à l'adulte d'être au cœur d'un processus d'éveil culturel. Un bain artistique qui répond aux besoins de lien et de découverte du jeune enfant et de son parent.

La Cie La Douche du Lézard vous propose le projet La Parentalité en Mouvement et questionne le lien parent-enfant par la danse. Ce projet se construit dans une cohérence artistique et offre des ateliers danse parent-enfant pour les bébés et les enfants de 3 à 10 ans. Cette démarche s'est construite au fil des expériences et besoins rencontrés in situ dans les ateliers depuis 2012 avec le jeune enfant et le parent.

Notre singularité est de faire participer le jeune enfant et l'adulte dans un même élan. Chacun se découvre autrement dans sa sensibilité, sa sensorialité, son mouvement dans une dynamique d'échange et de partage.

Notre démarche artistique est de métisser le mouvement, la danse aux mots (livre, lecture) et aux sonorités (chant-sons) afin d'être au plus proche du jeune enfant et de son regard au monde. Le processus qui s'engage est intuitif, créatif et inclusif.

Introduction

La Parentalité en Mouvement répond aux besoins actuels des parents et des enfants d'être ensemble autrement pour se découvrir dans cette relation.

La configuration de la famille a évolué, le rôle de parent et la place de l'enfant s'en suivent.

Quelle est ma place en tant que père ? Comment être une femme en tant que mère ? Comment éduquer mon enfant avec bienveillance ? Comment au mieux accompagner mon enfant dans sa découverte du monde et de lui-même ? Comment la communication corporelle, non verbale agit-elle dans le lien éducatif ? Comment à la fois donner de la liberté tout en instaurant un cadre ?

Par l'intermédiaire de la Danse, du mouvement, de la voix et des mots, La Douche du Lézard part à la recherche de chemins artistiques dans cette relation nouvelle. Que ce lien soit fusionnel, complice, dual, constructif ou créatif, enfants et parents se racontent en mouvement. Des explorations suggèrent et mettent intuitivement en valeur la question du lien entre l'enfant et son parent. En duo, trio ou en famille, chacun se construit un lien sensible et sincère dans une relation saine.

La danse, la musique et les mots sont un vecteur poétique et créatif qui explorent à leur manière l'histoire de chacun, la singularité de chacun. Les ateliers danse proposent un autre temps, un autre espace à la relation parent-enfant pour être avec soi en toute sincérité.

Contact : 07 66 74 09 74 - la douchedulezard@gmail.com
La Douche du Lézard - 31, rue Hoche - 44110 Châteaubriant

www.ladouchedulezard.fr

Les ateliers danse parent-enfant

Les ateliers consistent à :

- **Offrir un temps artistique sensoriel et sensible de qualité.**
- **Découvrir son corps et ses ressources.**
- **Aller vers son histoire.**
- **Accompagner son enfant dans son évolution.**
- **Stimuler sa créativité, son imaginaire.**
- **Construire sa personnalité.**
- **Répondre aux besoins naturels de mouvement de l'enfant.**

Le processus

• Dans une volonté de soutenir et d'accompagner la parentalité

De ces différents ateliers, nous souhaitons offrir la possibilité aux adultes et aux enfants de passer du temps de qualité ensemble d'une manière ludique et constructive. Sous un aspect très positif, chacun s'aventure dans un moment structuré et ritualisé et dans une ambiance bienveillante, chaleureuse.

• Le mouvement, la voix

Un soin est apporté au lien et à la relation parent-enfant. Les ateliers offrent aux parents une manière de s' exprimer différemment par le biais de l'art et de passer un moment de plaisir autour du mouvement poétique dansé et chanté .
Les parents sont confortés dans leur rôle, valorisés dans leurs savoir-être et faire et les liens familiaux s'enrichissent.

• Les explorations

Grâce aux propositions créatives, le jeune enfant participe à de nouvelles aventures riches en vocabulaire et son imagination s'épanouit.

Ces cinq sens sont mis en éveil... Voir, entendre, toucher , ressentir... l'enfant part à la découverte ludique de son corps, de son environnement et de ses ressources pour s'ouvrir progressivement au sens du rythme, de l'équilibre , du mouvement dansé et chanté en toute confiance.

Le plaisir est en marche, c'est le moment idéal pour favoriser l'épanouissement des enfants, son aisance corporelle, sa créativité. Car Jouer constitue la meilleure façon d'être avec l'enfant et de l'accompagner dans la découverte de son corps, sa sensibilité, son intellect .

Par les exploration dansées, les parents et les enfants goûtent le plaisir d'être ensemble. Pendant les ateliers, les petits s'enthousiasment de la participation de leurs parents dans leurs découvertes. L'attention qui leur est manifestée leur donne le plaisir de la découverte et d'aller de l'avant. Les encouragements répétés pendant les séances sont précieux pour le guider vers une autonomie progressive et accompagner sa socialisation. Les parents sont tout à leur enfant dans une atmosphère gaie, chaleureuse et positive. Graine de Folie... est un spectacle interactif et poétique qui fait la part belle au mouvement, au goût des mots et à l'imaginaire.

C'est une création pour un solo. Une pièce chorégraphique et musicale où le spectateur est invité à intégrer la partition et à suivre le mouvement de scène comme un jeu d'aller-retour poétique, impromptu et fulgurant.

Contact : 07 66 74 09 74 - la douchedulezard@gmail.com
La Douche du Lézard - 31, rue Hoche - 44110 Châteaubriant

www.ladouchedulezard.fr

Déroulé de séances

Les séances se composent en plusieurs temps : l'accueil, l'éveil au corps, les explorations et le retour au calme. Ces temps sont guidés par l'intervenante. Dans ce cadre structuré et ritualisé, chacun vit à son rythme ce temps d'exception.

L'enfant et le parent s'engagent ensemble dans le mouvement dansé et chanté.

Un des grands plaisirs de l'enfant est aussi d'imiter son parent dans le mouvement et dans les chansons. Le parent prend conscience du type de motricité et de l' imaginaire créatif qu'adopte l'enfant. L'enfant suit le parent dans ses demandes et réponses motrices artistiques. L'un et l'autre se nourrissent de leur créativité, leur sensibilité.

L'enfant et le parent sont acteurs de leur découverte. Ils se découvrent sous un autre angle, dans une autre relation dont la fondation est l'expression de soi dans sa singularité. Le parent est entièrement disponible à son enfant.

L'attention manifestée à l'enfant lui donne le plaisir d'aller de l'avant. Les encouragements répétés pendant les séances sont précieux pour le guider vers une estime de soi, vers une autonomie progressive. Cette bienveillance favorise une affirmation de soi positive et accompagne sa socialisation . Ensemble, ils se re-

trouvent sur le même mode d'échange : celui d'une communication sensorielle. Dans ce cadre structurant, le parent est tout disponible à son enfant. Les liens familiaux s'enrichissent.

En fin de la séance, les parents se rencontrent pour échanger autour de l'expérience vécue, de leur rôle de parent et de la relation parent-enfant. Dans les moments simples ou difficiles, chacun peut partager son expérience de parents afin de s'enrichir d'autres possibilités éducatives, d'un autre lien à créer, d'une autre manière de communiquer. Car , c'est ensemble et dans la discussion que chacun peut trouver une ressource épanouissante et rassurante dans son rôle de parent.

Contact : 07 66 74 09 74 - la douchedulezard@gmail.com
La Douche du Lézard - 31, rue Hoche - 44110 Châteaubriant

www.ladouchedulezard.fr

Les ateliers proposés

Danse avec bébé

De 3 mois à 12 mois et de 12 mois à 3 ans

S'amuser, danser, s'entrelacer, se blottir, se découvrir, explorer... et être avec son enfant pour un moment unique de plaisir partagé. Des massages, des danses en duo ou collectives, des chansons et des danse d'exploration sensorielle sont proposés pour découvrir avec son enfant le mouvement en musique en toute simplicité... Aucune expérience en danse n'est requise.

• Ce qu'apporte la danse avec bébé :

- Un temps de qualité, de créativité et de plaisir partagé avec l'enfant.
- Un lien fort avec l'enfant autour de jeux de danse.
- La rencontre et le partage d'expérience avec d'autres parents.
- Une manière douce, ludique et vivifiante d'un retour à soi.

• Un enfant et un parent
• Effectif : 3 duos minimum - 10 duos maximum (effectif dépend du lieu et de sa superficie)
• Durée: 1h15
• Tarif : 140€ TTC (ajouter les frais de déplacement 0,50€/km à partir de JANS)

• En MAM, RAM, Multi-accueil, Festivals, Associations Parentales...

Inviter les participant.e.s à apporter :

- Une tenue souple et adaptée aux mouvements.
- Une serviette et un tissu épais pour bébé.
- Un change, de quoi boire pour le bébé et le parent.
- Un porte-bébé. festée leur donne le plaisir de la découverte et d'aller de l'avant. Les encouragements répétés pendant les séances sont précieux pour le guider vers une autonomie progressive et accompagner sa socialisation.

Parent-Enfant

De 3/4 ans, 5/6 ans , 4/7 ans

Des danses collectives, des danses en duo, des massages, des histoires racontées et même des chansons... bref tout est proposé pour un vrai moment de plaisir partagé entre l'enfant et le parent. C'est être ensemble autrement! Aucune expérience en danse n'est requise.

• Ce qu'apporte la danse parent-enfant :

- Un temps privilégié avec son enfant.
- Une découverte ludique de son corps et de ses ressources.
- Un soutien et un accompagnement à la parentalité.
- Un soin au lien et à la relation parent- enfant.

• Un enfant et un parent.
• Effectif : 3 duos minimum - 10 duos maximum (effectif dépend du lieu et de sa superficie)
• Durée: 1h15
• Tarif : 140€ TTC (ajouter les frais de déplacement 0,50€/km à partir de JANS)
• En MAM, RAM, Multi-accueil, Festivals, Associations Parentales...

Inviter les participant.e.s à apporter :

- Une tenue souple et adaptée aux mouvements.
- Une bouteille d'eau.

Le tarif comprend : l' installation, l'accueil, le matériel, la sono, l' intervention, les échanges et le rangement.

Contact : 07 66 74 09 74 - la douchedulezard@gmail.com
La Douche du Lézard - 31, rue Hoche - 44110 Châteaubriant

www.ladouchedulezard.fr

La Douche du Lézard

En collaboration

La Cie La Douche du Lézard peut orienter ses propositions et son organisation en lien avec le projet de la structure partenaire dans la mesure où le cadre artistique et pédagogique est respecté.

La Cie La Douche du Lézard peut orienter ses propositions et son organisation en lien avec le projet de la structure partenaire dans la mesure où le cadre artistique et pédagogique est respecté.

Afin que les ateliers se déroulent harmonieusement, il est nécessaire de prévoir un lieu propre, chauffé, lumineux, agréable et suffisamment grand pour accueillir 10 duos maximum, soit 20 à 22 personnes.

Pour le bon déroulement de la séance

- Les participant.e.s sont accueilli.e.s 15 min avant le début de la séance.
- Les organisateurs s'occupent d'accueillir les participants et de leur présenter les lieux et déroulement de l'atelier.
- Les chaussures, vestes, sacs sont déposés dans un endroit sécurisé.

Pour votre programmation

- La Cie La Douche du Lézard peut vous fournir des photos et texte qui présentent les ateliers.
- 2 ateliers à suivre peuvent être proposés sur une même matinée.

À la suite ...

- Un temps d'échange est proposé.
- La Douche du Lézard propose des ouvrages en lien avec la relation créative et bienveillante, la motricité du jeune enfant et peut apporter son regard sur le développement moteur et sensoriel du jeune enfant.

Pour communiquer

« Par la danse, le mouvement, la voix, La Douche du Lézard vous offre un moment précieux pour sortir du quotidien et vivre le corps différemment, pour jouer et entrer en relation avec les autres. Les ateliers ont lieu près de chez vous, laissez-vous aller dans la danse ! »

« La Douche du Lézard offre des ateliers Danse aux parents et aux enfants de 3 mois à 10 ans. Des danses collectives, des danses en duo, des massages et des chansons sont apportés pour un vrai moment de plaisir partagé. À la fois maman, danseuse et musicienne, Stéphanie Chariau a créé La Douche du Lézard pour proposer un autre regard sur la danse liée à la musique et à la littérature jeunesse. Les ateliers peuvent être suivis par tous. Aucune expérience en danse n'est demandée. »

Le lien de la vidéo des ateliers parent-enfant : https://vimeo.com/170502612

Stéphanie Chariau est danseuse, chorégraphe et musicienne depuis plus de vingt ans.

Elle s'est tracée un chemin libre de choix artistique entre la danse, musique et littérature par goût de la rencontre culturelle et humaine. Elle manie le métissage des arts entre la création et la transmission avec énergie, poésie et créativité.

Depuis 2008, son parcours dans l'univers de la petite enfance et l'enfance l'a amené à chorégraphier un bal pour bébé et créer des spectacles, à intervenir en crèche, RAM, écoles et médiathèques et sur des ateliers parent-enfant.

En 2017, elle décide d'aller approfondir ses recherches autour de la danse chez le jeune enfant à Montréal (Canada – Mamadances). Elle enrichit ainsi son regard pour créer La Parentalité en Mouvement qui mêle l'art à la question d' être parent . Elle est créatrice et responsable artistique de la Cie La Douche du Lézard, Diplômée d'État en Danse Contemporaine (2004), artiste chorégraphique et chanteuse-auteur-compositeur (jazz-soul).

Contact : 07 66 74 09 74 - la douchedulezard@gmail.com
La Douche du Lézard - 31, rue Hoche - 44110 Châteaubriant

www.ladouchedulezard.fr