

Ateliers de Cirque social



"Dans la vie Comme
au Cirque"

Julie Théberge

Une semaine d'Ateliers de
cirque social dans ta
communauté!

**Équilibre
Collectivité
Défis**



Travailler en Équipe

Deux instructeurs de Cirque Social de Québec en collaboration avec un.e animateur.trice, intervenant.e local pour la préparation aux ateliers conçu selon les besoins de chacune des communautés.

Les ateliers de cirque social visent à offrir un espace de sécurité et de confiance pour expérimenter des nouveaux objectifs en lien avec l'expression artistique, le jeux, les techniques de cirque comme, la jonglerie, les acrobaties et faire des corrélations avec les réalités de la vie au quotidien.

"Dans la vie comme au cirque!"

**Créativité
Confiance
Sécurité**



Percévérance

Cette activité aide à la concentration, la persévérance, la confiance et la dépassement de soi. Elle est aussi bénéfique pour intégrer de saines habitudes de vie, développer et cultiver les relations sociales, la communication, découvrir et se fixer de nouveaux objectifs.

Une semaine

Réunion avec le partenaire en arrivant dans la communauté, rencontre de l'animateur local, visite du local. Lundi se présenter aux élèves. Nous avons parlé des 8 à 14 ans pour le groupe d'âge.

Engagement



Dépassement de soi

La jauge sécuritaire en cirque est de 1 instructeur pour 6 élèves. Comme nous sommes deux instructeurs et 1 intervenant local, nous pouvons augmenter légèrement le nombre de participants. Donc, entre 12 et 15 participants, seraient notre nombre sécuritaire idéal. Nous vous laissons la technique de sélection selon vos critères. De notre côté, nous souhaitons que les participants soient volontaires et qu'ils aient envie de participer aux ateliers de cirque social.

On compte 30 minutes pour préparation d'atelier avec l'animateur local.

2,5h d'atelier avec les participants + 30 minutes de retour avec l'équipe instructeur et l'animateur local = 3,5h par soir.

Nous adapterons l'horaire avec ce qui est le mieux pour la communauté.

WAhouuuuuuu !!!!!



Vendredi soir et \ ou Samedi jour :
Atelier ouvert à toute la communauté.
Les participants qui ont appris durant la semaine peuvent enseigner les bases de ce qu'ils \elles ont appris à leur famille, ami,e,s etc.
Petite présentation "spectacle" des participants si ils \elles le souhaitent.

Chaque communauté aura son kit de jonglerie pour poursuivre les activités.
En aillant une trousse de matériel, les participants pourront continuer l'activité cirque de façon hebdomadaire avec l'animateur local.

*** Pérennité du projet ***

Partager



**Voici les propositions de semaines
Du lundi et dimanche.
(Lundi et/ou dimanche en déplacement)
8 semaines, 8 communautés**

**25 septembre au 1 octobre 2023
2 septembre au 8 octobre 2023
9 octobre au 15 octobre 2023**

**2 semaines en Avril 2024
Choisir rapidement les quelles selon
l'idéal pour vous.**

**4 mai au 12 mai 2024
13 mai au 19 mai 2024**

8 juin au 16 juin 2024

Instructeur en cirque social : Josiane Lamoureux