



## PROGRAMME DE LA FORMATION LES CHEMINS DU LIBRE ACTEUR - FONDAMENTAUX DU JEU ORGANIQUE Du 2 au 13 février 2026

### Avant-Propos

Ce stage inaugure les Chemins du Libre Acteur, un parcours progressif pour développer une pratique organique, libre et vivante de l'interprétation.

Pendant deux semaines, les participant·e·s explorent les fondamentaux du jeu organique à travers une pédagogie concrète, sensorielle et dynamique.

Le stage permet de retrouver le plaisir du jeu, d'ouvrir une relation plus libre à soi, au partenaire, au texte et à l'espace.

C'est une approche saine, efficace et exigeante, pensée pour répondre aux réalités du métier d'aujourd'hui, que ce soit sur scène ou face caméra.

Elle s'adresse à des comédien·ne·s souhaitant affiner leur présence, développer leur autonomie, et se relier à une pratique plus vivante, plus simple, plus directe.

### Origine de l'approche

Le modèle du **Libre Acteur** est une approche développée par Sébastien Bonnabel, pédagogue, metteur en scène et réalisateur.

Il dirige la **Compagnie du Libre Acteur** et le centre de formation du même nom, où il mène depuis une vingtaine d'années une recherche exigeante sur l'autonomie artistique des comédiens et la présence organique dans le jeu.

Cette approche est nourrie par les apports de grandes figures telles que Konstantin Stanislavski, Lee Strasberg, Stella Adler, Mikhaïl Tchekhov, Andreas Voutsinas ou Peter Brook.

Elle s'inspire également des neurosciences et des recherches contemporaines sur l'attention, la perception et le comportement en situation, afin de proposer une reformulation vivante et concrète des outils du comédien.

Le modèle se centre sur la perception, la relation, l'espace et le chemin, pour un jeu organique, ancré dans l'expérience.

### Public visé :

Artiste interprète professionnel ou en cours de professionnalisation.

### Prérequis :

Au moins un cachet en tant que comédien.ne professionnel.le

### Durée de la formation :

2 semaines : 70h réparties sur 10 jours

**Objectifs de la formation :** Découvrir les principes du Libre Acteur et leur application dans le jeu scénique  
Identifier et mettre en pratique les outils fondamentaux sur scène et face caméra : mémoire perceptive, relation, espace, chemin.

Lire une scène dramatique à travers les circonstances concrètes

Utiliser l'auto-évaluation sensible comme levier d'autonomie dans le travail d'acteur.rice



## Contenu de la formation :

### Module 1 - Présence organique

Présentation des principes du modèle  
Exercices sensoriels et mémoires perceptives guidées  
Développement de la relation : regard, présence à l'autre, silence  
Le corps imaginaire et les intentions de mouvement  
Premiers exercices d'auto-évaluation sensible

### Module 2 - Lecture et expérimentation

Lecture circonstancielle : lire une scène sans interprétation  
Exploration du chemin et de l'élan perceptif  
Improvisations dirigées et jeux à deux  
Analyse concrète de scènes et retours partagés

### Module 3 - Interprétation sur scène et face caméra

Application des outils dans des scènes dialoguées  
Mise en jeu scénique et captation vidéo  
Travail spécifique sur la présence à la caméra  
Visionnage et retour sur les scènes filmées  
Synthèse et perspectives de progression

## ORGANISATION DE LA FORMATION

### Délais d'accès :

1 mois avant le début de la formation pour les personnes souhaitant un financement AFDAS.  
3 semaines avant le début de la formation pour les personnes souhaitant un financement France Travail.  
10 jours avant pour les financements personnels.

**Suivi personnalisé :** tout au long de la formation chaque stagiaire bénéficie d'un suivi adapté à ses besoins spécifiques. L'ensemble de la formation vise à offrir les outils nécessaires pour être un comédien professionnel autonome.

### Modalité d'évaluation :

En amont de la formation : Questionnaire de positionnement  
Pendant la formation : Contrôle continu par des mises en situation  
Fin de formation : Travail filmé et présenté en clôture du stage, auto-évaluation guidée en fin de parcours  
Bilan de fin de session (évaluation formateurs).

### Méthodes mobilisées :

Accueil des stagiaires dans une salle dédiée  
Explications théoriques  
Temps d'accompagnement personnalisé  
Exercices sensoriels et dynamiques  
Mises en situation, jeux à deux  
Caption vidéo et retours commentés  
Auto-évaluation guidée  
Approche ludique, respectueuse, saine, fondée sur l'expérience  
La pédagogie est essentiellement proactive.  
Nombreux temps de pratique individuelle.



**Modalités d'inscription :** Inscrivez-vous à l'adresse [desartsetdesvoix@gmail.com](mailto:desartsetdesvoix@gmail.com) ou sur le site [www.desartsetdesvoix.com/inscription](http://www.desartsetdesvoix.com/inscription), et soumettez votre CV et lettre de motivation ainsi qu'une photo couleur récente. Si votre profil répond aux prérequis, nous vous contacterons pour valider ensemble votre inscription et vous transmettrons les documents nécessaires (devis, contrat...).

**Financement :** Cette formation peut être autofinancée, ou être prise en charge dans le cadre de la formation professionnelle auprès de votre employeur (Plan de formation) et/ou de votre OPCO (Afdas, Pôle Emploi...).

**Nombre maximum de stagiaires :** 8 à 12 personnes

**Modalité :** présentiel uniquement.

**Lieu de la formation :** Salle de travail, 34000 MONTPELLIER

**Accessibilité handicap :** Si vous êtes en situation de handicap, contactez **Camille Lagier**, 07 68 80 43 83, [adm.desartsetdesvoix@gmail.com](mailto:adm.desartsetdesvoix@gmail.com). Nous ferons notre maximum pour vous rendre la formation accessible. Notre Démarche handicap est accessible sur le site ou sur demande.

**Assiduité :** Feuille d'émargement à remplir chaque jour matin et après-midi, et attestation de réalisation de formation remise à la fin de la formation.

**Satisfaction des bénéficiaires :** Questionnaire de satisfaction réalisé en fin de formation.

**Réclamation :** En cas d'insatisfaction ou de suggestion d'amélioration, merci de nous en informer immédiatement par mail [desartsetdesvoix@gmail.com](mailto:desartsetdesvoix@gmail.com) ou via un questionnaire de satisfaction en fin de formation. Nous nous engageons à traiter et répondre à toutes les réclamations dans un délai de 72 heures après réception. Nous assurons la confidentialité de chaque réclamation et considérons vos retours comme essentiels pour l'amélioration continue de nos services, afin de mieux répondre à vos besoins et attentes.

**Moyens techniques :** matériel de tournage, caméra

**Ressources pédagogiques :** vidéos, textes

**Formateurs :** (liste non-exhaustive, sous réserve de disponibilité)

**Sébastien Bonnabel** : formateur principal. Metteur en scène et fondateur de la méthode du Libre Acteur.

**Laura Mariani** : co-directrice artistique Cie La Pièce Montée, metteuse en scène et comédienne.

**Pascale Mompez** : réalisatrice et comédienne.

**Jean-Michel Péril** : coach au Libre Acteur

D'autres encore...

**Tarifs :** 800€ en financement personnel (possibilité d'échelonner), 3000€ TTC Afdas et France Travail.

**Contacts :**

**Renseignements administratifs :**

**Camille Lagier** 07 68 80 43 83, [adm.desartsetdesvoix@gmail.com](mailto:adm.desartsetdesvoix@gmail.com)

**Renseignements pédagogiques :**

**Agathe Schumacher** 06 83 29 43 25, [desartsetdesvoix@gmail.com](mailto:desartsetdesvoix@gmail.com)