

Charte du Groupe de Pratique de Circle Song et de l'Improvisation Vocale

Nous sommes un groupe riche de personnes aux expériences variées, et nous soutenons le cheminement de chacun·e dans la pratique de Circle Song et de l'Improvisation vocale. La qualité de présence, d'écoute et de lien, nous semble plus importante au sein du groupe que la qualité ou le niveau de nos productions musicales.

Que vous soyez novice ou expérimenté·e, cet espace favorise l'exploration, la créativité et le partage dans une ambiance bienveillante et solidaire.

C'est un espace engageant, qui peut faire émerger des émotions fortes. Ce groupe garantit un cadre sécurisé pour expérimenter, prendre des risques, ou se retirer temporairement si besoin, sans crainte de jugement.

Cet espace de pratique est porté par l'association IMPROVIZORIUM. Il est nécessaire d'adhérer à celle-ci pour pouvoir y participer. Cette adhésion est possible à pris libre à partir de 3€ via la plateforme HelloAsso (www.helloasso.com/associations/improvizorium)

Valeurs Fondamentales

1. **Ecoute** : être attentif·ve à soi-même et au groupe.
2. **Créativité** : encourager l'expérimentation et les idées nouvelles.
3. **Respect** : considérer chaque personne et ses contributions avec égard.
4. **Cogestion** : construire l'expérience ensemble en partageant les responsabilités.
5. **Plaisir** : cultiver la joie et le bien-être dans la pratique.
6. **Solidarité** : soutenir et encourager les autres dans leurs démarches.

Etat d'esprit et Posture encouragée

1. **Bienveillance active** : accueillir les idées et improvisations avec soutien et sans jugement.
2. **Engagement** : participer avec intention et présence, tout en respectant ses propres limites.
3. **Lâcher-prise** : se donner la permission de s'exprimer librement.

Règles de vie et Fonctionnement

1. **Ponctualité** : les séances débutent et se terminent ensemble. Merci d'arriver à l'heure pour respecter l'énergie collective.
2. **Commentaires et retours** :
A la fin d'un cercle, laissez un temps au silence pour goûter à la résonance.
Les remarques ou retours individuels (techniques ou personnels) se font dans le respect, avec consentement, et au bon moment (en privé, à la pause ou en fin de séance).
Un cercle de parole en fin de séance permet à chacun·e de partager ses ressentis.
3. **Cogestion du groupe** :
Chaque participant·e peut proposer une partie de l'échauffement (physique et vocal), ainsi que le « pont », un atelier thématique qui prépare le temps d'improvisation.
Soutenez les propositions avant de proposer des alternatives.
Pour une première participation, commencez par vous familiariser avec le déroulement type d'une séance.
4. **Un groupe ouvert et responsabilisant** : vous pouvez inviter de nouv·eaux·elles participant.es, à condition de leur transmettre cette charte.
5. **Un espace de pratique plutôt que de performance** : nous valorisons l'expression authentique plutôt que la perfection technique.
6. **Participation financière** : afin de couvrir les frais de location de la salle, assurance, etc..., une participation de 2 à 3 euros par séance est demandée.
7. **Initiatives hors séances** : les « sorties de classe » (sessions dans une chapelle, une grotte, ...) et propositions de concerts ou scènes ouvertes sont bienvenues et chacun·e est libre d'en organiser

Nous comptons sur vous pour nourrir l'énergie collective en incarnant ces principes, tout en restant fidèle à vos propres besoins et limites.

A propos de « La Portée »

« La Portée » est un groupe de membres engagés dans l'organisation, qui définit le cadre et soutient la pratique.

Elle est actuellement composée de Nel, Loïc, Marine, Hélène et François.