



# ***L'Arc en Ciel de Tatita***

## ***Une série d'activités créatives à faire à la maison***

Exprimer la créativité individuelle et se connecter avec d'autres personnes sont les principes de base de la création théâtrale au London Bubble Theatre.

La situation actuelle, de crise et d'incertitudes dans laquelle nous nous trouvons nous a conduit à lancer cette initiative qui, nous l'espérons, vous permettra de rester positive et créative à partir de chez vous.



# ***Pouvez vous nous aider à créer L'arc en Ciel de Tatita?***

Vous avez peut-être vu que beaucoup de gens tout autour du monde mettent des arcs en ciels dans leurs fenêtres afin de répandre une bonne atmosphère positive durant la pandémie de Covid-19.

Tatita est une dame qui habite en Espagne. Comme beaucoup d'entre nous passer du temps en famille et avec les gens qu'elle aime lui manque beaucoup. En parlant avec elle de l'image des arcs en ciels, nous avons eue l'idée de vous proposer des activités créatives à faire à la maison en lien avec ce symbole ; en partant avec les couleurs de l'arc en ciel comme inspiration.



## **Comment utiliser ce « pack » d'activités ?**

Tout d'abord, Il n'y a pas de manière juste ou fausse!

Faites ce qui marche le mieux pour vous.

Peut être que vous aurez envie de:

- Commencer ou vous voulez - au début, au milieu ou de choisir n'importe quelle activité de manière aléatoire, sans trop y penser!
- Vous pouvez faire une activité par jour, une une fois par semaine, ou bien toutes les activités à la fois
- Ces activités peuvent se faire seule, ou en compagnie d'autres personnes.


Peut-être que vous aurez envie de garder un carnet journal afin prendre note et de dessiner vos expériences.

Ceci est une expérience et nous espérons que vous vous joindrez à nous pour essayer les activités dans ce "Pack".

Nous avons hâte d'avoir vos nouvelles a ce sujet!



# ROUGE



Trouvez quelque chose chez vous / dans votre maison qui corresponde à ces différentes teintes de rouge.

ROSE  
RUBAN

HAUTE  
TENSION

PAMOISON

AMELIA

PATTIE FAIT  
LA FETE

LE CARDIGAN  
DE DANTE

ECARLATE

FLORAISON  
ROSE

ROUGE  
DES ILES

GRAINES DE  
GRENADE

FILLE  
COURAGEUSE

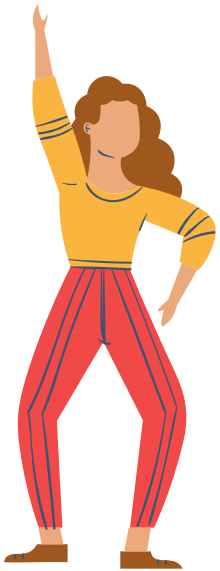
ROSE  
BONBON

Imaginez une histoire qui pourrait aller avec l'objet que vous avez choisi?

Ecrivez cette histoire dans votre journal-carnet si vous en avez envie. Maintenant donnez un nouveau nom à la couleur de l'objet que vous avez choisi.

# ORANGE

Trouvez un morceau de musique qui va bien avec cette teinte d'orange.



Et maintenant nous vous invitons à danser sur cette musique orange !

Quel était le morceau de musique que vous avez choisi ?

Choisissez un mot qui pourrait décrire ce que vous avez ressenti en écoutant la musique, et peut être un deuxième mot qui pourrait d'écrire comment vous vous sentez après avoir dansé sur cette musique!

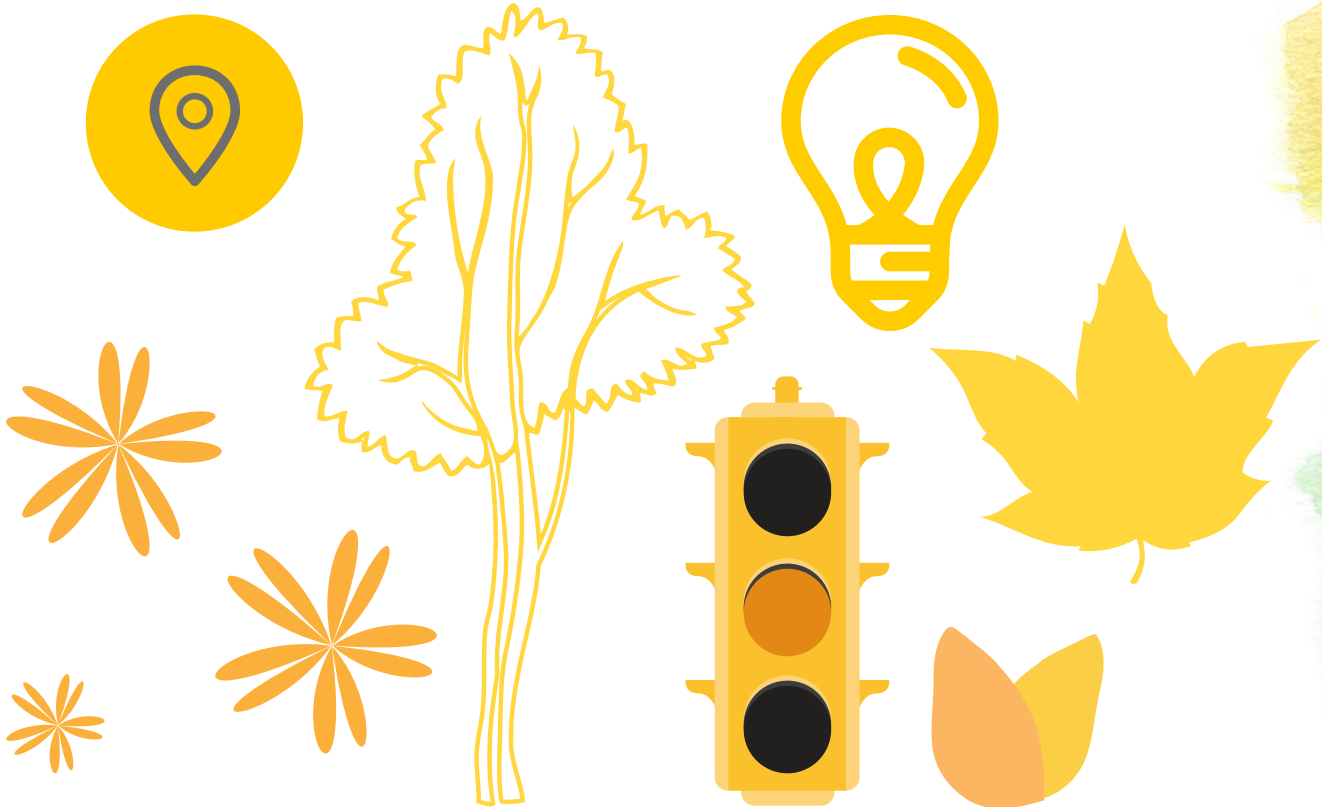
Si vous avez envie vous pouvez aussi noter ces mots dans votre journal.



# JAUNE

Regardez par votre fenêtre.

Pouvez vous voir quelque chose de jaune?



Peut-être que vous pourrez écrire un poème inspiré par ce que vous avez découvert?

Si vous n'êtes pas sûre de comment commencer un poème, essayez d'écrire un poème acrostiche : Choisissez un mot à écrire en verticale ou la première lettre de chaque ligne représenteras le début d'une petite phrase.

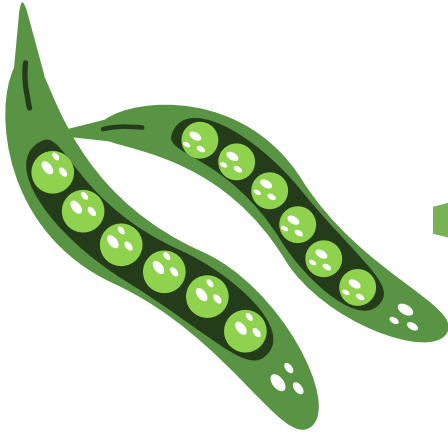
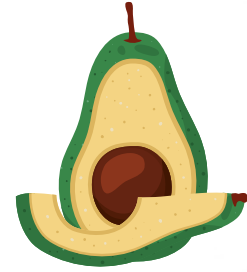
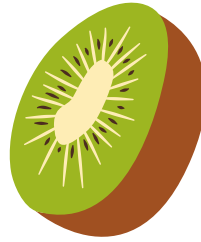
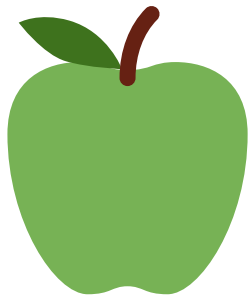
Par exemple, si vous utiliser le mot JAUNE, le poème pourrait commencer la première ligne avec un mot comme je, janvier, Japon, et la deuxième ligne avec un mot comme amour, arbre...

Maintenant si vous voulez garder votre poème notez le dans votre journal.



# VERT

Trouvez quelque chose de comestible dans votre maison qui est de couleur verte.



Essayez d'utiliser cette ingrédient pour cuisiner un diner.

Quelle sorte de goût avait cette ingrédient?

Etait t-il délicieux ou mauvais?

Pourrez vous essayer de décrire le gout de cette ingrédient vert.

Dessinez une image de votre repas dans votre carnet.



# BLEUE

Trouvez un vêtement qui corresponde à une de ces teintes de bleue

PARADISO

VUE  
HUBLOT

PLANCHER  
DE L'OcéAN  
PROFOND

AUBE DE  
CLEOPATRA

BAISER DE  
L'AME

GROTTE  
BLEUE

PAPILLON  
EMPEREUR

BLEUE  
IMPRESSIONNISTE

FLEUR DE  
PRINTEMPS

OREILLETES  
SAPPHIRE

ANEMONE  
DE MER

GRANDIT  
JAMAIS

Imaginez que ce vêtement ne vous appartienne pas...

A qui pourrait t'il bien appartenir?

Es-ce-que vous pouvez imaginer ce personnage.

A quoi ressemblerait t'il ou elle ?

Quels traits de caractère auraient ce personnage?

Si vous avez envie, dessinez ce personnage dans votre carnet.

Vous pouvez aussi imaginer lui donner un nom et développé un peu plus sa personnalité.



# INDIGO



Trouvez autant d'objets que vous pouvez qui correspondent à ce teint d'indigo.



Créez un nouvel objet 3D en combinant tout les objets indigo que vous avez trouvés.

Décrivez ce nouvel objet?

A quoi sert t'il?

Combien coute t'il?

Encore une fois, vous pouvez noter tout ces détails dans votre journal.



# VIOLET



Trouvez un objet chez vous qui correspond à cette teinte de violet.



Quand vous avez trouvé l'objet imaginez qu'il peut parler...

Qu'aurait t'il à dire?

Est-ce-que l'objet choisi a un accent?

Ecrivez ce qu'il a à dire dans votre carnet de notes.

Un dialogue, un poème, une chanson, une histoire...



# ***Et Ensuite...***

Si vous avez envie d'en faire plus...

- Vous pouvez prendre n'importe le quel de ces activités et changer leurs couleurs.  
Par exemple, chercher à découvrir quelque chose de vert ou rouge a travers la fenêtre ou cuisiner des ingrédients orange, jaune ou bleue...
- Vous pouvez aussi créer une sculpture en forme d'arc en ciel ou dessiner une image composée de tous les objets que vous avez trouvés.
- Quelle couleur aimez-vous le plus ?  
Es-ce-qu'il vous rappelle quelque chose?
- Quelle couleur correspond à comment vous vous sentez en ce moment?  
Vous pouvez essayer de vous poser cette question tout les jours et voir comment votre humeur du moment change votre réponse.





## ***Amusez vous bien!***

On vous souhaite beaucoup de bonheur avec ces activités.

Si vous souhaitez partager vos créations, taggez-nous sur vos réseaux sociaux, nous serons ravis de vous voir!



@bubbletheatre



@LBubble



@LondonBubble.Theatre

Le programme "Creative Elders" au London Bubble Theatre offre des opportunités pour des adultes plus âgés de se connecter et de créer aux côtés de notre équipe d'artistes qualifiés.

Plus d'informations disponibles sur:  
**[www.londonbubble.org.uk](http://www.londonbubble.org.uk)**

Nous remercions nos organismes de financement pour leur soutien continu:

