

À LA PÉRIPHÉRIE

INSOMNIAQUE COMPAGNIE

SPECTACLE
DÈS 8 ANS



insomniaque
compagnie

LE THÉÂTRE
& LE CCN
DE NAMUR



Centre culturel
du Brabant wallon

ARSENIC
Centre scénique jeune public



FÉDÉRATION
WALLONIE-BRUXELLES



Province
de Liège

Illustration & graphisme
Gilles Dewalque
& Justine Gerard

Co-production : Centre culturel de Namur, Pierre de lune Centre scénique jeune public de Bruxelles, Centre culturel du Brabant Wallon, Arsenic 2. Soutien: Fédération Wallonie-Bruxelles, service des Arts de la Scène, Province de Liège, Chaufferie Acte I, Centre culturel de Chênée, Centre culturel de Waremme, Centre culturel Les Chiroux, Zététique Théâtre, Quai 41, Compagnie MAPS, Service des lectures publiques de la Ville de Liège, Compagnie Arts et Couleurs.

À LA PÉRIPHÉRIE

CAHIER POUR NOS SPECTATRICES ET NOS SPECTATEURS

Si ce carnet est entre tes mains, c'est que tu es récemment venu.e voir notre spectacle « À la périphérie ». Merci d'avoir partagé ce moment avec nous.

Dans ce cahier, tu trouveras des petits jeux, des questions, des activités... pour prolonger le plaisir si tu le souhaites. Sens-toi libre de découvrir ce cahier seul.e ou avec d'autres, de faire uniquement les pages qui te donnent envie, d'ajouter des feuilles pour écrire ou dessiner. Ce cahier est à toi !

ACTIVITE 1 – MON REFUGE -

Dans l'histoire, Julianne s'isole sur un terrain vague.

Est-ce que toi aussi tu as un lieu/un endroit pour te calmer ? Dessine cet endroit avec le plus de détails possible.

Si tu n'en as pas, tu peux l'inventer, découper des images dans un magazine, ajouter des bouts de ficelle et des feuilles de chêne, construire une maquette en 3D... Crée l'espace/l'environnement dont tu aurais besoin.

Imagine-toi dans cet espace. Comment te sens-tu ?

Qu'est-ce que tu peux y faire que tu ne peux pas faire ailleurs ?



**« SON REFUGE
POUR DIGÉRER
SES CONTRARIÉTÉS.
SON COCON
POUR SE CALMER »**

ACTIVITE 2 – SE LAISSER REMUER



« À la périphérie » est un spectacle de théâtre dans lequel il y a de la danse. Est-ce que tu te souviens des moments dansés ?

A ton avis, pourquoi Julianne danse-t-elle ?
Qu'est-ce que ça te raconte ?

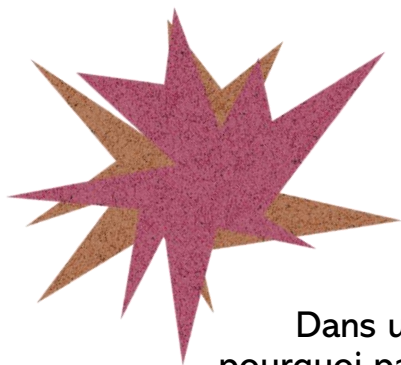
Et pour Pippi ? Qu'est-ce qui se passe pour elle quand elle danse ?

Est-ce qu'elles dansent à chaque fois de la même façon ? Ou as-tu identifié plusieurs types de danse ?

Est-ce qu'elles dansent parfois ensemble ?

LE SAVAIS-TU ?

Les partitions dansées du spectacle s'inspirent du – KRUMP – *Kingdom Radically Uplifted Mighty Praise*, ce qui peut se traduire par l'« élévation d'un royaume par la prière ». Cette danse urbaine nouvelle est née aux USA. Elle trouve son origine dans la nécessité d'exprimer le trop-plein intérieur. Le besoin de laisser sortir ce qui grince, ce qui gratte, ce qui fait mal pour faire de la place pour ce qui vibre, ce qui est joyeux, pour la pulsation de vie.



À TON TOUR DE MONTER LE SON !

Dans un endroit dégagé (ta chambre, ta classe, à l'extérieur ou pourquoi pas dans ton refuge), munis-toi d'un appareil pour écouter de la musique.

Choisis un de tes morceaux favoris ou pêche dans notre sélection (voir Discographie).

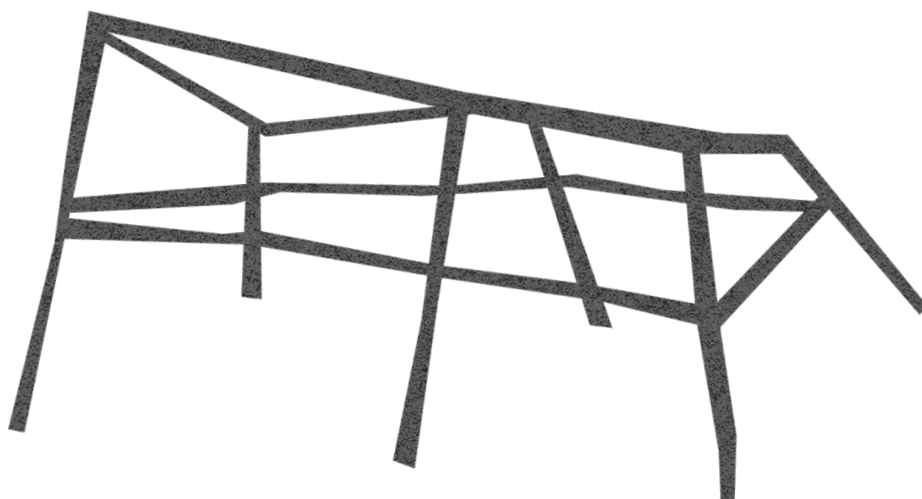
1^{ère} variante : Ferme les yeux et écoute la musique. Sois attentif.ve aux sensations dans ton corps. Qu'est-ce que la musique provoque ?

2^{ème} variante : Marche en écoutant le morceau. De quelle manière la musicalité influence-t-elle ton pas ?

3^{ème} variante : Démarre accroupi. Puis, quand tu le sens, relève-toi et bouge la ou les parties de ton corps que tu as envie de remuer, de faire danser.

4^{ème} variante : Recommence ! Mais avec un autre morceau. Qu'est-ce que le genre, le rythme, la musicalité changent dans ton corps, dans ta façon de danser ?

Variante pour le groupe : partager le groupe en deux. Une moitié prend le rôle de public. L'autre s'empare de l'espace « plateau » (délimiter l'espace avec de la craie, du scotch, une corde...). Le public observe le travail pour ensuite faire des retours aux interprètes (« J'ai vu... », « J'aimerais voir... », « En tant que spectateur.trice, j'aurais besoin... »)



ACTIVITE 3 – TON ANIMAL INTERIEUR

Julianne ne veut pas être un cloporte (même si les carottes du potager les aiment bien). Elle veut être un papillon ! Pippi y voit une opportunité en or pour aider Julianne. Et pour concrétiser ses projets ! Ensemble, elles vont tenter de faire grandir ce papillon.

Ton animal intérieur à toi, c'est lequel ? Ferme les yeux et visualise-le. Quelle forme a-t-il ? Quelle couleur ? Quelle taille ? Quelle texture ? Est-ce qu'il a un nom ?

Si tu devais le situer dans ton corps, où serait-il logé ?

Dessine-le ! Et montre-le à tes amis, ta famille, tes camarades de classe ou garde-le précieusement.

Quand il est triste, comment pourrais-tu le consoler ?

Quand il a peur, comment pourrais-tu le rassurer ?

Quand il est en colère, est-ce que tu écoutes ce qu'il a à dire ?

Quand il est joyeux, est-ce que tu ressens sa joie ?

Comment pourrais-tu l'aider à grandir ?

Est-ce que lui aussi peut prendre soin de toi ?



**« SI ON EST PLEIN À ÉCOUTER POUR DE VRAI,
ON POURRA FAIRE GRANDIR NOTRE PAPILLON.
JE SENS DÉJÀ CE FUMET DE LIBERTÉ ! TU NE
LE SENS PAS ?
ON EST DEUX MAIS ON SERA BIENTÔT DES
MILLIERS. »**

ACTIVITE 4 – LE POUVOIR DES MOTS -

Est-il vrai que les mots ont un pouvoir ? Si oui, lequel ?

A ton avis, si cette question était posée à la grand-mère de Pippi, que répondrait-elle ?

MOTS MÊLÉS

M	P	E	B	S	U	Q	Y	P	R	T	V	N	B	Q	W	A	B	M	C
G	A	A	Y	X	X	F	R	L	R	E	U	F	T	D	Z	U	E	C	A
A	I	G	H	Y	F	E	D	I	D	C	G	X	Y	N	O	M	W	E	M
M	X	R	I	I	S	S	W	G	L	V	C	L	R	Y	A	W	A	C	P
C	M	X	M	E	T	D	L	E	S	U	F	A	E	N	E	K	U	P	S
A	D	K	N	F	V	A	O	O	N	T	M	P	I	U	E	R	D	I	O
R	C	C	V	J	N	N	R	J	W	T	S	F	L	Z	I	U	X	I	E
P	E	X	S	D	A	C	G	G	C	F	E	K	H	E	L	W	L	C	T
X	K	Z	S	I	I	V	Y	D	A	S	P	T	T	R	U	E	I	C	D
O	S	F	R	E	A	J	F	N	T	E	C	O	U	T	E	R	B	B	E
L	S	E	R	U	O	R	V	A	O	V	A	P	C	A	Z	Y	E	L	J
T	V	E	P	Q	C	J	T	M	M	K	I	B	A	T	N	W	R	R	A
B	K	U	K	R	R	I	B	A	Y	Y	A	A	M	P	O	H	T	R	R
L	P	C	I	Q	O	V	W	D	N	S	Z	D	J	B	I	W	E	D	B
H	B	E	X	N	Z	O	P	X	K	Q	S	A	A	P	T	L	K	F	X
C	R	W	U	W	H	F	P	E	N	P	O	H	P	N	E	Z	L	F	N
Z	E	E	E	A	J	A	T	J	C	X	B	Y	Y	Q	G	B	U	O	G
E	X	E	M	M	G	V	G	Y	N	Y	K	K	O	K	H	E	T	V	N
I	U	A	U	E	H	L	F	D	W	P	D	L	J	Y	R	G	R	R	S
A	B	A	Q	E	W	T	D	A	Z	J	I	V	J	V	H	K	H	C	F

CHERCHE : GLANDS, LIBERTE, NUCLEONAIRE, MANIFESTATION, PAPILLON, PRESENCE, DANGER, CAMP, PAIX, CRIER, PLEURER, BASKET, ECOUTER, REGLE, MAGIE, SORCIERE

L'essence/Les sens des mots...

Ci-dessous, tu trouveras quelques mots ou expressions du spectacle. Nous te proposons de réfléchir à leur sens. Si vous êtes plusieurs à chercher le sens de ces mots, n'hésitez pas à comparer vos réponses et à débattre des différences. Est-ce que plusieurs définitions sont possibles ?

Si le mot n'a pas de sens pour toi, tu peux te remémorer le sens qu'il avait pour Julianne et/ou pour Pippi.

« **Présence provocante** » expression utilisée par Pippi :

« **Déborder avec ses émotions** » expression utilisée par Julianne :

« **Être d'équerre** » :

« **Camp pour la paix** » :

« **Ecouter pour de vrai** » :

« **La chandelle est plus importante que la peur** » expression de Pippi.

Sorcière :

Si tu veux aller plus loin, dessine les mots que tu préfères, ce qu'ils t'évoquent.





Quelques artistes pour découvrir ou danser sur du KRUMP

MOZARF : le compositeur que nous avons le plus écouté durant la création du spectacle. Coup de cœur pour son morceau « OMEGA ».

TIGHTEYEX : un artiste qui a contribué à la création du mouvement Krump aux USA. Tu peux par exemple découvrir son album BATTLE SCARS.

BIG RULEZ : Deux compositeurs français qui ont contribué à répandre la culture KRUMP en France.

Pour chanter et danser

Lien vers le site « L'écho raleur.euse de Chambéry : [Greenham Common : 3 songs – L'Écho Raleur.euse de Chambéry](#)

Le site de cette chorale militante référence trois chansons du camp pour la paix de Greenham Common. Ce camp pour la paix anglais, c'est celui qui nous a inspirées pour créer le personnage de la grand-mère. Ce campement de protestation pacifiste a rassemblé des milliers de femmes entre 1981 et 2000.

Ces chansons sont en anglais. Mais peut-être peux-tu les traduire ? Sinon, demande un coup de main.

« Ma sœur » de CLARA LUCIANI : Une ode à la sororité. Cette artiste a écrit de nombreuses chansons aux accents féministes sur l'amour et l'affirmation de soi.

« La symphonie des éclairs » de ZAHO DE SAGAZAN : Une chanson qui parle d'émotions avec beaucoup de poésie et de sensibilité.

Ou encore... (des variantes pour l'activité 2)

Le générique de « Fifi Brindacier » : si tu n'as jamais vu le feuilleton ou les dessins animés, écoute au moins le générique qui est plein de joie.

Pour l'activité 2, tu peux écouter le morceau sans paroles (par exemple, « Fifi Brindacier » de Chansons pour enfants Loulou et Lou)

« La valse d'Amélie » de YANN TIERSEN

« Fuel to Fire » d'AGNES OBEL