

LES ECAILLES

COMÉDIE MUSICALE POÉTIQUE ET GROSSE

DOSSIER PEDAGOGIQUE



À PARTIR
DE 7 ANS

BONJOUR À VOUS !

Déjà, un grand merci pour l'intérêt que vous portez à notre spectacle LES ECAILLES et l'envie que vous avez d'accompagner les enfants pour qu'ils puissent le recevoir dans les meilleures conditions possibles !

Voici un dossier pédagogique avec quelques pistes pour vous aider à guider les enfants. Aucune obligations, juste des graines pour sensibiliser, réfléchir et imaginer comment aller plus loin en classe !

Sans vous, rien ne serait possible !
Merci pour votre engagement et merci d'offrir aux enfants la chance d'aller au théâtre !



SOMMAIRE

1- AVANT LE SPECTACLE

2- APRÈS LE SPECTACLE

3- PISTES POUR ALLER PLUS LOIN



**BONNE LECTURE ET À TRÈS
BIENTÔT AU THÉÂTRE !**

PARTIE 1
AVANT LE
SPECTACLE

PETITS CONSEILS POUR PRÉPARER SA VENUE AU THÉÂTRE

UN MOMENT UNIQUE

Pour vous accueillir, nous mettons tout en oeuvre pour que tout soit prêt et que nous soyons dans la meilleure forme possible ! Nous aimons que vous aussi vous puissiez prévoir ce rendez-vous unique en réservant les places et en arrivant à l'heure. Merci pour votre état d'esprit ouvert et curieux, disponible pour savourer la magie de la représentation live ! Après tout, c'est une sortie plus particulière que d'aller à la piscine; ce moment ne durera qu'une seule fois dans la vie !

VIVE LES RÉACTIONS !

Nous aimons que vous puissiez vivre l'expérience de la représentation pleinement: toutes les émotions sont les bienvenues ! Nous accueillons avec plaisir autant les écoutes attentives silencieuses que les réactions fortes sonores. Laissons donc les enfants s'exprimer !

ATTENTION GSM

Merci d'éteindre complètement votre gsm durant la représentation pour être pleinement à profiter de l'instant avec nous et avec les enfants !

À LA FIN DU SPECTACLE

Merci beaucoup pour vos applaudissements à la fin, c'est toujours une joie de vous entendre ! Ensuite, si vous avez le temps, on propose un petit temps d'échanges après le spectacle. C'est toujours un plaisir de se rencontrer.

ENSUITE? C'EST COMME VOUS VOULEZ. VOUS POUVEZ VENIR SANS RIEN CONNAITRE D'AVANTAGE DU SPECTACLE POUR VOUS LAISSER DÉCOUVRIR OU BIEN CONTINUER LA LECTURE !

EN RÉSUMÉ

LES ÉCAILLES
CIE AZWI – 50'

En vacances à la mer du nord, quatre enfants plongent dans le fantasme d'une catastrophe apocalyptique. Chacun·e devra déployer toute son énergie pour s'entraider dans ce monde ravagé et ouvrir son imaginaire pour inventer une nouvelle façon d'être au monde. Cette fable comique, postapocalyptique et grosse, offre de nouvelles représentations, celle d'un groupe de personnes grosses, joyeuses et fortes. Une comédie musicale colorée pour mettre en lumière la discrimination invisibilisée qu'est la grossophobie.



Autrice : Leïla Cassar - **Metteuse en scène :** Maud Prêtre - **Assistante à la mise en scène :** Estelle Crépin - **Compositrice et coaching vocal :** Agathe Regnier - **Auteur.ice.s des chansons :** Emilie Berlemont, Nicolas Vanderstraeten et Maud Prêtre, **Aide chorégraphique :** Lauriane Jaouan, **Comédien.ne.s :** Emilie Berlemont, Lauriane Jaouan, Nicolas Vanderstraeten et Agathe Regnier - **Scénographe et costumière :** Alexandra Sebbag - **Assistances à la scénographie et costumes :** Loïse Alline et Lola Barrett - **Créatrice lumière :** Lila Ramos Fernandez - **Régisseuse lumière :** Kelly Antonnio

Une coproduction de Azwi ASBL, coproduit par Altim Prod- Avec l'aide de Pierre de Lune, Centre Scénique Jeunes Publics de Bruxelles, la Roseraie, Mars - Mons art de la scène, le centre sportif et culturel Pôle Nord de Bruxelles, le Tax Shelter, le PECA, Le boson, le Service Egalité des chances la Fédération Wallonie-Bruxelles, la Fabrique de Théâtre, le Centre des Arts Scéniques et la Maison de la création - MC NOH.

SENSIBILISER AVANT LE SPECTACLE

Il n'y a rien
d'obligatoire, que des
graines d'idées !

“GROS” N’EST PAS UN GROS MOT

Le mot gros est souvent vu par les enfants comme une insulte. Lutter contre la grossophobie c'est accompagner les jeunes à redonner une neutralité à cet adjectif.

1- **Informer** : dans “Les écailles”, nous employons les mots “gros” et “grosse”. Ce n'est pas une insulte, c'est au contraire là pour redonner sa place à ce mot : un simple adjectif au même titre que “brun” ou “grande”.

2- **Jouer** : Avez-vous des exemples où les mots “gros” ou “grosse” sont positifs ? On préfère le gros gâteau, la grosse voiture, le gros cadeau...

Bravo, vous êtes redevenu.e.s libres de
l'utiliser !

LA GROSSOPHOBIE C’EST QUOI ?

DÉFINITIONS LAROUSSE
Une discrimination = Fait de distinguer et de traiter différemment (le plus souvent plus mal) quelqu'un ou un groupe par rapport au reste de la collectivité ou par rapport à une autre personne. Exemple: discrimination fondée sur le sexe (sexisme) ou discrimination raciale.

La grossophobie = l'ensemble des attitudes hostiles, moqueuse et/ou méprisante, et discriminantes à l'égard des personnes en surpoids.

“ La grossophobie, c'est penser par exemple que les personnes grosses manquent de volonté, ont de mauvaises habitudes de vie, ne peuvent pas être belles ou en santé parce qu'elles sont grosses. ”

Julie Leduc- article Naitre et grandir

POUR ALLER PLUS LOIN

Episode 1 de la web série “5 minutes de gras” = “La grossophobie c'est quoi ?”

1- Faire bien comprendre la notion de discrimination aux enfants et les amener à réfléchir : Quelles sont les discriminations que vous connaissez/ subissez ?

Episode 5 de la web série “5 minutes de gras” = “Gros n'est pas un gros mot”

2- Sensibiliser les enfants que la grossophobie est partout : transports en communs pas accessibles, sièges cinéma, rejet de certains métiers, publicités pour devenir mince et faire des régime alors que ce n'est pas si simple !

et rdv dans la
bibliographie !

3- Quels sont vos héros et héroïnes ? Est-ce qu'il y en a qui sont gros.se ? (ciné, TV, livre...) Les personnages gros dans les histoires sont considérés comme un peu bêtes, fainéants ou sont là juste pour être les clowns de service. La grossophobie va jusque dans nos imaginaires !

“UN CORPS C’EST
JUSTE UN CORPS,
UN CORPS RIEN
D’AUTRE”



PARTIE 2

APRÈS LE

SPECTACLE

Quelques thèmes du spectacle à continuer
d'explorer après en classe





L'AVENTURE DE LA FIN DU MONDE

- COMMENT IELS IMAGINENT LA FIN DU MONDE ?
- EST-CE QUE VOUS POUVEZ RÉSUMER LES GRANDES ÉTAPES DE LEUR AVENTURE ?
- POURQUOI IELS AIMENT AUTANT JOUER À S'INVENTER CETTE HISTOIRE ?

Petit mémo pratique des étapes de l'aventure :

- l'annonce de la catastrophe par Aglaé : "on ne peut plus rien manger, toute la nourriture a été contaminée"
- Emma avec son sac survie lance l'aventure et puis fait la répartition des équipes pour survivre : Lucile est maigre donc elle a moins de réserve donc elle doit se reposer, Aglaé fait le feu puis Thomas avec Emma vont construire une cabane.
- Lucile n'aime pas être celle qui doit se reposer et cherche une solution : manger des plantes dans la nature pour survivre ! mais Emma n'est pas d'accord...
- Thomas nous apprend qu'il y a des maigres cachés qui veulent les manger parce qu'ils sont gros.se.s, iels doivent alors s'enfuir sur un radeau loin !
- Sur le radeau iels vivent la grande liberté face à l'océan mais alors la peur de la rentrée vient ébranler leur histoire
- Pour finir : iels se transforment en lamantins pour être libres pour toujours !

Qui n'a jamais rêvé de la fin du monde ? Un grand reset de tout ce qu'on ne veut plus pour créer un nouveau monde à notre image ! Dans ce monde grossophobe, ce fantasme est source de grande liberté !



EMMA, THOMAS & AGLAÉ STOP PRÉJUGÉS!

- VOUS AVEZ D'AUTRES EXEMPLES DE PERSONNAGES GROS QUI SONT DES HÉROS ? (FILMS, SÉRIE, BD, ROMANS...) COMMENT LES DÉCRIVERIEZ-VOUS ?
- COMMENT AVEZ-VOUS PERÇU LES TROIS PERSONNAGES GROS DANS LES ECAILLES ?

A travers cette histoire, nous avons voulu créer des personnages gros qui puissent être créatifs, puissants et inspirants. Nous sommes loin des stéréotypes de la personne grosse maladroite, un peu bête et flémarde.

Thomas

- Timide au début mais curieux et intelligent. Il est sensible et créatif, on le découvre bien dans sa chanson "j'en suis !".

Emma

- Leadeuse, créative et dynamique. Elle a un corps puissant, elle n'a pas peur de prendre la place et de lancer des projets de construction (cabane ou radeau).

Aglaé

- Enjouée, elle est toujours prête à jouer. Elle invente avec sa musique des paysages. C'est elle qui lance l'aventure de la fin du monde.

Est-ce qu'il y a un de ces trois personnage que tu aimes particulièrement ?
Pourquoi ?



LUCILE

- COMMENT AVEZ-VOUS PERÇU CE PERSONNAGE ?
- QU'AVEZ-VOUS COMPRIS QUAND ELLE CHANTE
DERRIÈRE LE MAGAZINE ?
- QU'EST-CE QUE VOUS RESSENTIEZ À CE
MOMENT-LÀ ?

Lucile est le seul personnage non gros de l'histoire. Pourtant, elle aussi n'est pas à l'aise avec son corps. Elle n'est pas grosse mais elle est en colère contre toutes les injonctions sur comment doit être un corps pour être beau. Ainsi, quand elle se met à imaginer une histoire, elle s'amuse à se moquer de ces femmes idéales dans les magazine. Dans le fond, elle se pose vraiment la question :

Mais au fond, c'est quoi, un corps de rêve ?

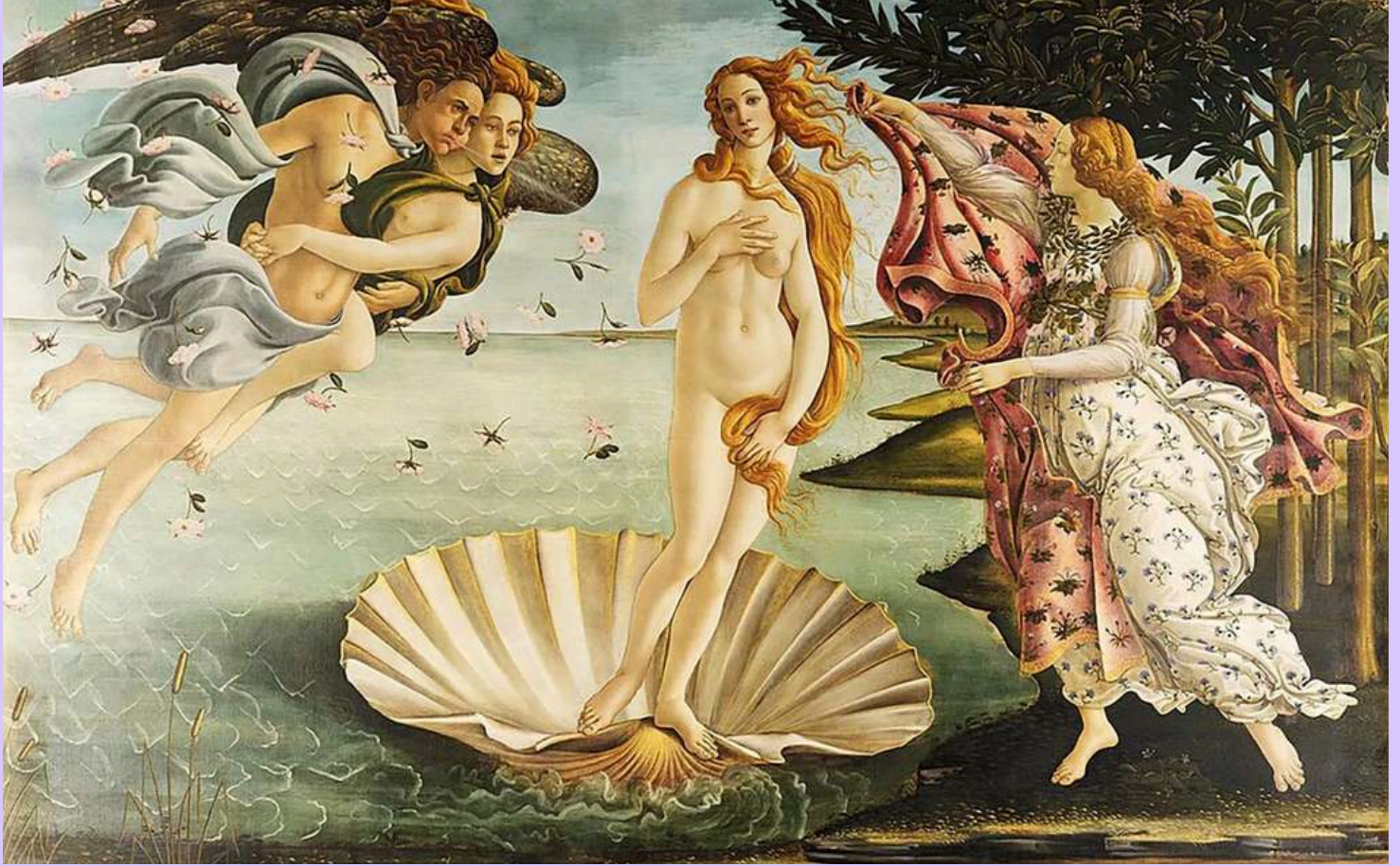
Et toi, à ton avis c'est quoi ?

Est-ce que ça existe vraiment ?

CONSEILS pour apprendre à aimer son corps tel qu'il est :

- se regarder dans la glace tous les jours et dire merci à son corps d'exister
- ne pas accepter que d'autres personnes jugent son corps
- utiliser tous les adjectifs qu'on veut sans complexe : petit, grosse, grand, maigre etc.
- chercher des nouveaux super héros ou héroïne avec des corps plus proche de nous et, si on trouve pas, en inventer !
- prendre conscience que chaque corps est unique : le tien comme le mien puis oser le dire ! " Et alors toi, c'est quoi ton truc particulier ? Moi c'est... "

Et c'est certain que les enfants auront pleins de superbes idées et conseils à donner ! Pourquoi pas se faire une belle liste en classe pour se motiver ensemble ?!



TIENS, TIENS... CE TABLEAU NE VOUS DIRAIT PAS QUELQUE CHOSE?

Ce tableau de Sandro Botticelli, peint vers 1482-1485 s'appelle *La Naissance de Vénus*.

Cette oeuvre a révolutionné son l'époque car c'était le premier tableau grand format avec un nu ! Il représente la ,naissance de la déesse Venus, représentant les canons de beauté.

On s'est amusé à jouer avec ce symbol en reprenant le coquillage. On tord le coup aux normes et Aglaë prend la place de la Vénus.

Oui, un corps gros peut être une référence de beauté ! Car oui, chaque corps est beau car il est unique !



POUR LE LIEN ENTRE
GROSSOPHOBIE & PEINTURE

Episode 10 de la web série "5 minutes de gras" = "Le ballet des bourrelets "



LE DÉCORS

- TU PEUX DÉCRIRE LE DÉCORS ET LES COSTUMES ? QU'EST-CE QU'ILS T'ONT ÉVOQUÉ ?
- AS-TU REMARQUÉ DES PARTICULARITÉS AUX ACCESSOIRES ?
- EST-CE QUE LES COULEURS SONT RÉALISTES ? POURQUOI CE CHOIX ?

Le sais-tu ? le décors de théâtre s'appelle une scénographie.

La scénographie et les costumes ont été créés sur mesure par une artiste plasticienne et ses assistantes. Nous avons imaginé ensemble une scénographie colorée reflétant l'imaginaire des personnages. Tout est construit plus grand et plus gros : le coquillage, les fleurs, le téléphone, le magazine, la lampe de poche, la corde et les buches de bois sont énormes et prennent la place, tout comme un corps gros ! La construction en tissus et mousse ou bien en papier mâché donnent un côté naïf et ludique, ça donne envie de toucher. Tout est comme si on était du point de vue de l'imaginaire des personnages comme Emma ou Aglaé. Une vision du monde extérieur beaucoup plus fun et créative où alors, tout devient possible ! La mer peut être rouge, le coquillage violet, les algues orange flash tout comme la peau du lamantin (normalement grise) !

Et toi, ça t'es déjà arrivé d'imaginer le monde autour de toi différemment qu'il ne l'était ? As-tu d'autres exemples de monde imaginaire aux formes et couleurs pas réalistes ?

Petit jeu artistique - à toi de jouer !

Prends une grande feuille, des crayons/feutres ou de la peinture de couleur et réalise le dessin de ton monde imaginaire ! Un endroit où tu aimes te réfugier, rêver ou même partir en vacances avec tes copains et copines !



ON RACONTE ?

- POURQUOI EST-CE QUE LUCILE ET EMMA S'INVENTENT DES HISTOIRES ?
- DANS L'HISTOIRE D'EMMA, ELLES SONT DES LAMENTINS ? TU CONNAIS ? POURQUOI CES ANIMAUX ?
- QU'EST-CE QUE VOUS RESSENTIEZ À CE MOMENT-LÀ ?

Emma et Lucile aiment inventer des histoires. Ce sont pour elles des espaces de libérations de leurs rêves et de leurs émotions. Emma imagine une histoire où elles seraient des lamantins vivant pleins d'aventures dans le fond marin. Elle fait exprès de ne pas penser aux sirènes mais plutôt aux lamentins car justement elle se cherche des héros/héroïnes inspirant.e.s qui puisse être avec un corps gros, comme elle. Et les sirènes, c'est toujours avec un corps mince !

Et si c'était à vous maintenant de raconter ?

Petit jeu : par groupe de deux. Une première personne ferme les yeux, c'est celle qui va rêver. Une deuxième personne prends le temps de choisir les deux personnages de son histoire (animaux, êtres connus ou imaginaires) : c'est important que ce soit des personnages inspirants ! Top chrono, c'est partit, impro ! Vous avez 5 minutes pour improviser votre histoire et la chuchoter à l'oreille de votre partenaire pour le/la faire rêver ! Plaisir garanti ! Et ensuite, on échange.



Ensuite, pourquoi pas écrire votre petite histoire si elle vous a plu ! Et si vous voulez nous la partager, n'hésitez pas à nous l'envoyer par mail. On sera ravis de vous lire et on fera le maximum pour vous répondre.



LA COMÉDIE MUSICALE

- QUELLES SONT TES CHANSONS PRÉFÉRÉES ? POURQUOI ?
- QU'AS-TU RESSENTIS DURANT CES MOMENTS CHANTÉS ?
- QUELS SONT LES INSTRUMENTS UTILISÉS ?

Nous avons écrit et composé toutes les chansons uniquement pour le spectacle ! Le côté comédie musical intègre la musique, le chant et la danse dans le théâtre pour toujours plus d'émotions ! Une autre manière de raconter une histoire.

La musicienne utilise un accordéon mais aussi, cachés derrière le coquillage, un pad de percussion électrique et un clavier numérique (pour avoir pleins de sons différents). Il y a aussi deux sons enregistrés, lancés depuis la régie pour avoir l'ambiance de la mer (au début) et de la forêt (quand ils jouent à imiter les bruits d'oiseaux).



Petits jeux/ quizz / défis :

- Qui chante la chanson "un corps de rêve" ? (Lucile)
- Pourquoi Aglaé dit "non" quand iels chantent "les grandes vancances" ? (Car elle veut qu'iels disent "les grosses vacances")
- Combien il y a de chansons dans tout le spectacle ? (1- les grosses vacances, 2- solo de Lucile, 3-l'appocalypse derrière le coquillage, 4- solo de Thomas, 5-L'océan avec l'accordéon, 6- solo de Emma et 7-final la chanson des lamantins)
- Trouvez au moins cinq chanson avec le mot "océan" que vous connaissez !

PARTIE 3
PISTES
POUR ALLER
PLUS LOIN

NOS RÉFÉRENCES



LIVRES

- *Gros n'est pas un gros mot*, Daria Marx
- *Grandir sans grossophobie - Favoriser une image corporelle saine chez nos enfants*, Edith Bernier
- *On ne naît pas grosse*, Gabrielle Deydier
- *La femme qui voit de l'autre côté du miroir*, Catherine Grangeard et Daphnée Leportois
- *Comprendre l'obésité : une question de personne, un problème de société*, Catherine Grangeard (psychanalyste)
- *Beauté fatale*, Mona Chollet (essai)

Article : <https://naitreetgrandir.com/fr/nouvelles/2023/02/27/comment-prevenir-grossophobie-des-enfance/>

FILMS

- *Un monde obèse*, reportage ARTE de Sylvie Gilman et Thierry de Lestrade, 2020
- *Mathilde*, documentaire de Marie Cavaillès, 2020
- *Ma vie, en gros*, documentaire de Daria Marx, 2020
- *On achève bien les gros*, reportage ARTE réalisé par Gabrielle Deydier, Laurent Follea et Valentine Oberti, 2019
- *Moi grosse*, téléfilm de Murielle Magellan, 2019

PODCASTS

- *Place aux gros*, série docu, Perrine Kervran, France culture, 2019
- *Cachez ces bourrelets que je ne saurais voir*, épisode 17 de Miroir miroir de Jennifer Padjemi, produit par Binge Audio, 2019
- *Grossophobie, s'excuser d'exister*, épisode 34 de Miroir miroir, Binge Audio, 2018
- *Le gras est politique*, un podcast à soi, épisode 3, Arte, 2018
- *Daria Marx*, épisode 33 de La poudre de Lauren Bastide, 2018
- *On ne naît pas gros*, reportage de Zoé Sfez, réalisé par Philippe Baudouin, émission Les pieds sur terre, France culture, 2017

NOTRE WEB-SÉRIE

Nous avons créé une web-série sur la grossophobie durant le confinement de façon entièrement bénévole et en collaboration avec plus d'une centaine d'artistes belges ! Tous les épisodes sont accessibles librement sur Youtube : " 5 minutes de gras ".



C'est à la suite de cette web-série qu'on s'est lancé dans la création du spectacle LES ECAILLES !

NOUS CONTACTER



le plus simple est par mail :
contact.azwi@gmail.com

Notre Cie Azwi a aussi une page facebook et
instagram : @azwiASBL



ET MERCI À NOS PARTENAIRES

