

CRÉATION 2026

DUO THÉÂTRE DANSE

ENORME

Trop, pas assez, et tant mieux : quand les corps parlent d'injonctions.

Sommaire

Synopsis	3
Note d'intention	4
Processus de création	5
Les 2 Compagnies	6
Les Artistes	7
Aide à la mise en scène	8 / 9 / 10
Calendrier	11
Fiche technique	12
Contact	13



Synopsis

« Ne sois pas trop grosse. Ne sois pas trop mince. Mange. Mincis. Arrête de manger autant. Commande une salade. Ne mange pas de féculent. Sauté le dessert. Fait un régime. Mon dieu on dirait un squelette ! Mais mange, voyons ! Tu es vraiment très maigre. Tu as l'air malade. Les hommes aiment les femmes qui ont des formes. Soit une taille zéro. Soit un double zéro. Soit rien. Soit moins que rien. »

Texte de Camille Rainville

Ce spectacle intimiste est une invitation à se libérer des injonctions autour des standards de beauté. À travers l'acrobatie, la pôle dance en passant par la danse contemporaine, les équilibres sur les mains, la voix et le jeu théâtral, deux femmes se surprennent à se re questionner sur leur place au sein de la société.

Tout en légèreté et en autodérision elles souhaitent sensibiliser le public aux injonctions qui peuvent évoluer en TCA (troubles du comportement alimentaire)



Note d'intention

« Les injonctions nous obligent à obéir à des ordres au quotidien, nous forçant à prendre des décisions sous la contrainte. »

Ce projet met en lumière ces règles invisibles et ces pensées qui s'emballent. Sans jamais se moquer, le décalage et l'humour rendent visibles des mécanismes souvent cachés. Sous la légèreté affleure une matière plus sensible : le poids des normes, les injonctions silencieuses autour de notre rapport à la nourriture.

Nous venons mettre en lumière un sujet tabou au sein de la société : la place de la femme et tout particulièrement son corps. Nous souhaitons dénoncer les injonctions pesant sur nos épaules comme :

« Maigrir à tout prix », « être parfaite » afin de comprendre comment ces injonctions peuvent impacter la santé mentale et physique des individus en leur créant des troubles de la conduite alimentaires (TCA), tels que l'anorexie, la boulimie ou l'hyperphagie.

Les histoires qui nous servent d'inspiration dans le processus créatif sont tirées de témoignages de personnes qui ont lutté contre les troubles de la conduite alimentaires, la pression sociale et les attentes sociétales. Des témoignages récoltés lors d'entretiens avec notre entourage mais aussi, venant d'oeuvres sociologiques, *"Devenir Anorexique"* de Muriel Darmon, la Bd psy *"Victoire sur les troubles alimentaires"*, *"On ne naît pas grosse"* de Gabrielle Deydier, *"Elle avale les levers du soleil"* de Christine Durif Bruckert, *"L'enfant plume"* de Janine Tesson et des podcasts, *"Parle moi en corps"* GHU Paris, *"Le gras est politique"* de Charlotte Bienaimé ou encore *"Mince, une injonction !"* sur Arte radio. Nous nous sommes aussi inspirées du documentaire *"Anorexie, boulimie, le grand désarroi des malades"* RTS.

Nous souhaitons montrer aux spectateurs que chacun.e est unique et qu'il est important de s'accepter tel que l'on est. Nous voulons libérer la parole sur ce sujet tabou en le rendant plus léger grâce à l'autodérision et le rire. Nous pensons que cela aidera les personnes concernées à se sentir moins seul.es dans leurs propres luttes et à être plus tolérant.es et compréhensif.ves envers les autres.

Aujourd'hui malgré tous les stéréotypes appliqués au genre féminin, nous souhaitons prendre une vraie place, s'affirmer, entreprendre, s'affranchir. Nous ne cherchons plus la validation à travers nos apparences.

Ce spectacle vise à sensibiliser le public aux troubles de la conduite alimentaire et invite à changer les perceptions que l'on a des standards de beauté.



Processus de création

L'accès à l'information est maintenant bien plus facile grâce aux nombreux médias numériques: podcasts, micro-trottoirs, radio ou réseaux sociaux, Youtube, etc.

Nous prenons le parti de casser le 4ème mur par l'univers du podcast. Nous souhaitons plonger les spectateur.rice.s (qui sont aussi auditeur.trice.s) au cœur de notre propos. Les inclure est pour nous un moyen de les mener au plus proche de l'intimité des témoignages. Ces choix sont aussi guidés par deux axes de création :

CRÉATION COSTUME

Dysmorphophobie:

C'est la crainte irrationnelle, d'un ou plusieurs défauts de l'apparence physique, inexistants ou légers, entraînant une souffrance importante et/ou affectant le comportement.

Aujourd'hui, la dysmorphophobie est un sujet qui touche de plus en plus de monde.

Avec les réseaux sociaux comme Instagram ou TikTok, les filtres sont devenus les miroirs de la nouvelle génération. En plus d'impacter l'estime de soi, la dysmorphophobie peut également empiéter sur les interactions sociales et la vie quotidienne. Créant de l'anxiété, elle peut mener à la dépression, voire aux idées suicidaires.

C'est pourquoi aujourd'hui, nous avons l'envie de collaborer avec une costumière pour matérialiser ce trouble et montrer son absurdité. Karine Delaunay a l'habitude de travailler sur les déformations du corps, il nous a donc paru tout naturel de faire appel à ses compétences.

CREATION SCENOGRAPHIQUE

La cabine d'essayage:

Petite chambre dans un commerce où un client peut se déshabiller pour essayer de nouveaux vêtements. Un lieu où on se met à nu, au milieu d'un magasin à l'opposé de l'intimité.

Un endroit étriqué, où l'on peut presque disparaître. À l'intérieur, on essaie de tenir debout en enlevant son jean, pestant d'avoir pris une taille trop petite. Un mètre carré parfois oppressant, auquel l'image de notre corps ne nous échappe pas. Nous souhaitons détourner ces quatre barres de fer et bouts de tissu en transformant la cabine d'essayage en pôle dance car pour nous, cette discipline exprime une réappropriation du corps en valorisant sa puissance en action.

Une intimité fragile se transformant en force. Une transformation à l'image de notre déconstruction. On se dévoile. On ne disparaît plus. Nous sommes des femmes en action.

Par la technique circassienne et le mouvement, nous avons l'envie d'illustrer les dérives des injonctions de l'image de la femme, se manifestant par les troubles alimentaires.

En plus de la parole, les corps parlent d'eux-mêmes. L'excès de sport, la culpabilité, la sensation d'être à l'étroit amènent à des états corporels retranscrits par nos vocabulaires artistiques : l'acrobatie, la danse, la pole dance, les équilibres sur les mains, le jeu théâtral et le chant.

Les 2 compagnies

LES GOSS

La compagnie Les Goss est créée en 2024 sous l'impulsion de Diane Gossiôme, afin de développer un travail en lien avec son identité artistique multidisciplinaire.

Curieuse et animée par le désir d'exploration, elle a, tout au long de son parcours, cherché à construire son propre vocabulaire de mouvement. Elle puise sa liberté dans la danse, le cirque et le chant, autant de disciplines qui lui permettent d'exprimer des émotions à travers le corps.

Formée initialement à la danse classique, elle acquiert une rigueur et une précision du mouvement qui nourrissent aujourd'hui son approche artistique. Cette base lui permet de développer une conscience corporelle fine et de s'ouvrir à de nouveaux univers.

En parallèle, elle se forme de manière autodidacte à l'acrobatie et découvre les arts du cirque contemporain, la house et la danse contemporaine, dans lesquels elle s'épanouit pleinement.

Son travail s'inscrit dans une esthétique hybride, à la croisée des disciplines, portée par une recherche constante de liberté, de mouvement et d'expression.

CIE DU FIL À RETORDRE

Née dans le cirque, la Cie Du Fil à Retordre a commencé à construire avec les contraintes de sa discipline de cœur que sont la prouesse, la technicité et la piste, pour finalement interroger ses codes et les remettre en cause sur ses différentes créations.

La compagnie s'adresse au plus grand nombre en proposant des formes accessibles, capables de toucher un public varié. Elle défend des représentations à la fois populaires et exigeantes, qui allie plaisir et réflexion en faisant du rire un puissant levier pour questionner le réel, créer du lien et, peut-être, constituer l'une des dernières façons de résister.

Travaillant également sur des projets locaux élaborés sur-mesure à la demande des collectivités et des associations, le Fil à Retordre collabore sur des projets pédagogiques à destination de publics scolaires, des maisons de l'enfance et des EPHAD.



Les artistes

Héloïse Rodot, circassienne et comédienne est originaire de Fontainebleau. Elle se forme à l'Ecole Nationale de Cirque de Châtelleraut puis au Centre Régional des Arts du Cirque de Chambéry où naît le spectacle « Ravages à ratbord ».

Elle se spécialise en trapèze danse, contorsion et dressage de rats et rejoint la Cie du Fil à Retordre en 2013 avec la création du spectacle « Les Spécimens ». Par la suite, toujours avec la Cie du Fil à Retordre, elle participe à la création du spectacle immersif « Nouvelle Aube », à la création d'un cabinet de curiosité, de plusieurs entresorts et fait une reprise de rôle sur le spectacle « T'emmêle pas ! » (portés acrobatiques et diabolos).

En 2021 elle est comédienne interprète sur « Le dernier Drive in avant la fin du monde » avec la Cie Tout en Vrac. C'est en 2022 qu'elle rejoint la Cie des Apatrides en tant que comédienne interprète dans le spectacle « Dans les yeux de Sam ».



HELOISE RODOT

Trapèze Danse | Pôle danse | Voltigeuse | Dressage de rats | Clown | Contorsion | Chant



DIANE GOSSIOME

Danse Contemporaine | Classique | Danse Acrobatique | Floorwork | Équilibre sur les mains | Chant

Diane Gossiôme, née en 1997 à Lyon, est danseuse interprète et pédagogue. Formée au CRR de Lyon, elle poursuit son parcours à l'Atelier Rudra Béjart, intègre la Martha Graham 2 à New York, puis la formation contemporaine Performact.

Depuis 2021, Diane Gossiôme travaille comme interprète et co-autrice au sein de plusieurs compagnies de danse et de cirque. Elle collabore actuellement avec la compagnie de cirque Jupon, la compagnie de danse Voltaik et la compagnie Du Fil à Retordre. Elle a également pris part, en tant qu'interprète et co-autrice, aux créations Jeux de Société de la compagnie Ez3 et Boîte Noire de la compagnie de cirque SCOM. En 2023, elle intervient par ailleurs comme regard extérieur chorégraphique auprès de la B-side Company et de la compagnie Plooc's Plocs.

Parallèlement à son activité artistique, elle développe depuis deux ans un axe pédagogique. Elle mène des ateliers de danse pour adultes amateurs aux Subsistances de Lyon et à Pôle en Scène (sous la direction artistique de Mourad Merzouki) et anime des ateliers cirque à destination d'enfants d'écoles primaires avec la compagnie Virevolt. Depuis cette année, elle a été sollicitée pour un travail de mise en mouvement auprès des maîtresses du chœur primaire du CRR de Lyon.

Aide à la création

Evelyne découvre le clown à 15 ans à Annecy avec Christophe Tellier. Après 2 ans de formation professionnelle en école de cirque (Piste d'Azur, Ménival) et un an au FRACO (Formation d'acteur comique et clown, Lyon) à 21 ans, elle entre dans le monde actif du spectacle avec le duo de trapèze clown « les Sœurs Pillières » (reprise de rôle), le duo de chanson clownesque « les 2 Moizelles de la chorale municipale de St Benêt la Chipotte », le duo de clown de rue « Jakeline & Colette », le trio déjanté du « Merveilleux cabaret de Chauve Sourella ».

Elle travaille aussi pour les Cie de théâtre de rue Les Alters Réalistes et Système K. Entre temps elle complète sa formation en intégrant l'École Nationale de Musique de Villeurbanne dans le département chanson, ainsi que des cours particuliers de chant avec Gaël Aubrit. Elle ne s'arrête plus et participe à la formation longue de clown d'Eric Blouet. En parallèle, elle prête son œil à de nombreux artistes et compagnies pour du coaching d'acteur/clown : Noémie Lamour, Lily Luca, Evelyne Gallet, Cie La Burrasca, Cie Du ressort et la Cie Tarevulily.



EVELYNE ZOU

Aide à la mise en scène

Aide à la dramaturgie



ETIENNE RANGER

Comédien, clown, danseur et metteur en scène, il a surtout joué dans la rue et très souvent avec un cuivre dans les mains avec la Cie Pile ou Versa, la Cie Le Bateau de Papier, la Cie Du Fil à Retordre, l'Art de Vivre, la Cie Liquidation Totale, la Cie S, le Piano du Lac ou la cie Toujours Plus.

Passionné du Japon où il a vécu et dont il parle la langue, il a pratiqué la danse avec Sakurai Hiro, a dansé avec la Cie Les Attrapes-Corps et fait un solo sur le drame de Fukushima. Spécialiste de théâtre gestuel, il a aussi collaboré à la mise en scène de différents spectacles et concerts. Avec sa propre compagnie Coïncidences, il confronte le jeu clownesque à d'autres disciplines à travers spectacles, créations éphémères et formation. Il est formateur en clown, burlesque et théâtre plus ou moins décalé et intervient avec divers centres de formation. Il pratique le clown en milieu de soin avec Les Coulisses à Ressort. Il a aussi participé à divers podcast pour Radio France. Et il joue divers cuivres dans plusieurs fanfares depuis une vingtaine d'années.

Aide à la création

Musicien compositeur

MATHIS DER MALER

Passionnée de matières textiles depuis toujours, couturière autodidacte depuis l'âge de 13 ans. Ensuite formée aux arts appliqués et à la mode, puis au costume. Formation approfondie sur le terrain, notamment en rejoignant la cie de cirque Les oiseaux fous.

Habille depuis 30 ans de nombreuses Cies de cirque, théâtre de rue , jeune public, musiciens, clowns...

En menant pour eux la création et la réalisation de leurs costumes dans le temps de création des spectacles. Le travail de création et de recherche se mène en proximité avec l'équipe, et en amont, en assistant aux répétitions, afin de s'imprégner du propos, de l'univers esthétique. Une pratique du métier de costumière au service du spectacle et à l'écoute des habillé.e.s : en tenant compte des contraintes techniques, des particularités des différentes pratiques artistiques. Un plaisir toujours intact de partir à la recherche de la matière; et de mélanger étoffes, autres matières textiles mais pas toujours, et jouer avec les couleurs, tout en cherchant la coupe la plus adéquate.

Après des études de composition, écriture et orchestration au CNSMD de Lyon et à la Sibelius Academy d'Helsinki, Mathis Der Maler intègre, compose et interprète les bandes sonores des spectacles des compagnies Puéril Péril, SoLau & Cie, L'Autre Rive et Balles & Pattes.

Il fonde le collectif de création musicale Êkheia sur Lyon, dont l'objectif est de promouvoir la création musicale contemporaine.

Son intérêt va de la musique classique au métal, en passant par la musique traditionnelle vocale ou les différentes formes de musique électronique. Il fonde par ailleurs le duo electro live LBD, son projet musical principal.

KARINE DELAUNAY

Créatrice et conceptrice de costumes

Aide à la création

PHOTOGRAPHE : **YASSINE LEMONNIER**

ACCOMPAGNEMENT AU PROJET : **HUGO VARRET**

CRÉATION LUMIÈRES : **ELOI DE LAGENESTE**

VIDÉASTE : **MYLÈNE VIJETTE**



Partenaires

—— DÉPARTEMENT DE LA SAVOIE ——

Co-production et accueil en résidence au CAD de Montmélian (73)

—— RÉGION AURA ——

Aide au financement

—— VILLE DE CHAMBÉRY ——

Aide au financement

—— AGORA ——

Aide au financement

—— LA TRAVERSE, LE BOURGET DU LAC (73) ——

Co-production et accueil en résidence

—— LA MÉDIATHÈQUE DE VAISE, LYON (69) ——

Co-production et accueil en résidence

—— MALRAUX SCÈNE NATIONALE CHAMBÉRY SAVOIE (73) ——

Co-production et accueil en résidence

—— LES ABATTOIRS, RIOM (63) ——

Co-production et accueil en résidence

—— CENTRE HOSPITALIER SPÉCIALISÉ DE LA SAVOIE (73) ——

Co-production et accueil en résidence

—— ESPACE ALBERT CAMUS, PÔLE EN SCÈNES (69) ——

Accueil en résidence

—— LA SALLE DE LA CIE LES PETITS DÉTOURNEMENTS, PONT-DE-BEAUVOISINS (73) ——

Accueil en résidence



Fiche technique

Durée : 55 minutes

Public : 300 personnes, tout public (si jauge plus importante nous contacter)

Nombre d'artistes : 2

Technicien : 1

Espace scénique

Ouverture : 8 mètres

Profondeur : 6 mètres

Hauteur : 4 mètres

Surface : plate et lisse

Installation technique

Temps de montage : deux heures.

Temps de préparation et co : deux heures.

Besoin d'une personne pour aider au montage et au démontage.

Sonorisation

Fourni par l'organisateur :

- Une console de qualité professionnelle
- Un système de diffusion professionnelle avec caisson(s) de basse.
Si pas de caisson prévoir des enceinte 15 pouces.
- Deux retours en side.
- 2 modules longs sur scène pour raccord micros filaire
- En régie, prévoir deux modules courtes pour les sorties de la carte son

Fourni par la compagnie :

- 2 micros filaires
- Un SM58 + récepteur HF

Lumière

Accueil full LED :

- 12 PAR Led latéraux style ETC ColourSource
- 14 Découpes LED ou PC Led (créa sur Robe T11)
- 2 Fresnels Led
- Éclairage public graduable

Accueil trad

- Face 10 Découpes/PC : 5 en L202 et 5 en L206
- Contres milieux de scènes : 2 Pc 2kw L202 et 2 PC 2kw en L206
- 9 découpes 713 : 4 en L203, 3 en L152, 1 en L204 et 1 en L201
- Éclairage public graduable

La cie amène un ordinateur avec Blinderkittent ou Dlight et un boîtier ENTTEC pour prendre la main sur les lumières.

Prémontage effectué avant notre arrivée, vous pouvez contacter le technicien 2 semaines avant la date.

Contacts

CIE DU FIL A RETORDRE

ciedufilaretordre@gmail.com

06 62 86 65 26

 [cieufilaretordre_](https://www.instagram.com/ciedufilaretordre_)

LES GOSS

cielesgoss@gmail.com

06 33 12 38 93

 [dianesiome](https://www.instagram.com/dianesiome)

HELOISE RODOT

06 88 89 01 76

DIANE GOSSIOME

06 33 12 38 93

REGISSEUR GENERAL

Jérémy Longaretti

06 78 87 43 76

ADMINISTRATION

Lauréline Bucher

07 68 57 97 02

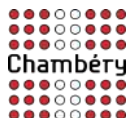
DIFFUSION

Pierre Genin

06 62 86 65 26



 **La Région**
Auvergne-Rhône-Alpes



Malraux.
scène nationale
Chambéry Savoie



 **Théâtre**
Albert
Camus

BIBLIOTHÈQUE
MUNICIPALE
DE LYON



CREDITS PHOTOS Yassine Lemonnier

