

MA [NON] VIOLENCE ORDINAIRE

Spectacle solo, **drôle**, **émouvant**, **réflexif** et **réaliste** qui **embrasse** avec **tendresse** notre **quotidien** cabossé

Texte et jeu: Erika Leclerc-Marceau
Mise en scène: Aude Maury
Conception lumière: Dimitri Carret
Bande son: Martin Ferron
Illustration: Marion Roger

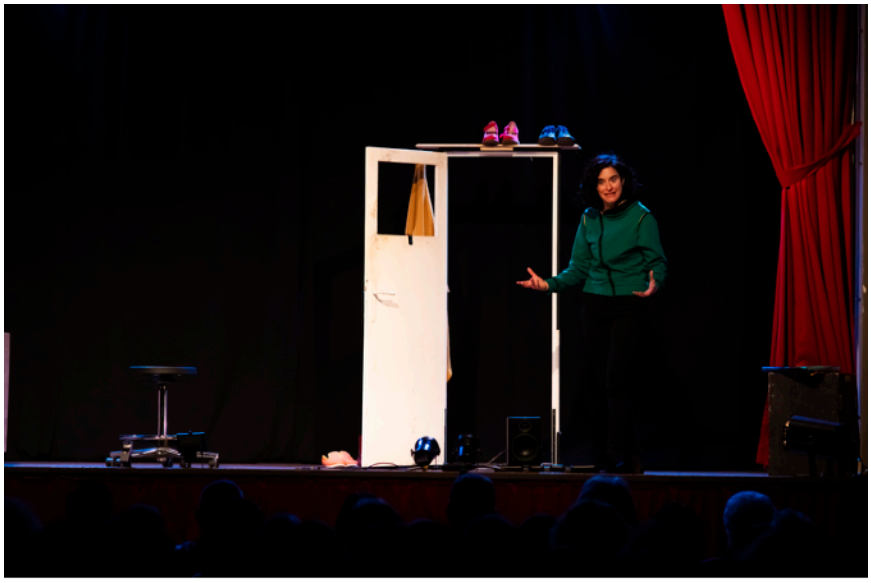
PRODUCTIONS SINE

MA [NON] VIOLENCE ORDINAIRE

Un spectacle solo à la fois drôle, émouvant, réflexif et réaliste qui embrasse avec tendresse nos imperfections et notre quotidien cabossé.

Un spectacle-enquête humoristique sur les conflits, la colère et la violence. Écrit et interprété par une comédienne québécoise formée à la Communication NonViolente depuis 12 ans, ce solo parle d'éducation, des conflits en famille, dans le couple et même des conflits en soi! Une heure pour rire et réfléchir à « comment vivre plus en paix avec soi-même, ses enfants, son conjoint, ses proches et les autres! » Un spectacle étonnant qui illustre les émotions et l'intensité qui nous traversent.

Texte et interprétation: Erika Leclerc-Marceau erikalm.com
Accompagnement artistique: Aude Maury *metteuse en scène*
Régisseur technique: Olivier Richard



Un spectacle qui raconte la quête d'une mère qui fait de son mieux!

Vous rencontrerez:

- Eva, mère de jeunes enfants, qui aimerait être aussi zen que le Dalaï Lama.
- Carole, la formatrice en Communication NonViolente détendue des conflits.
- Ahmed, CPE au collège qui dit: « la réponse à la violence ne peut pas être la violence! »
- La belle-mère de Cendrillon qui nous fouette dans notre tête.
- La bonne fée marraine qui peut tout entendre, tout comprendre.
- La réalisatrice de films qui nous raconte des scénarios catastrophiques.

Un spectacle inspiré par la Communication NonViolente

La Communication NonViolente donne des pistes concrètes pour transformer la violence et vivre des relations plus vraies, plus détendues et où il y a de la place pour la réalité de chacun.e. La CNV permet de mieux comprendre notre fonctionnement en tant qu'être humain et nous donne des repères pour vivre plus souvent ce que nous aimons vivre. Mettre de la conscience sur ce qui se passe en soi, prendre la responsabilité de ce que l'on vit et mieux comprendre les autres, font partie des objectifs de la CNV.

Note d'intention de l'autrice

Créer à partir du vrai, s'inspirer de l'intime pour parler de l'universel, toucher les coeurs, faire rire… C'est ma façon à moi de créer des spectacles. Être ému.e.s ensemble, c'est le sens que j'aimerais donner à l'art.
Je me suis retrouvée tellement souvent à hurler sur mes enfants, à imploser, à être à bout, à espérer pouvoir faire autrement avec mes enfants, mon mari, mes collègues… J'étais terrifiée par les conflits et j'ai décidé de m'y intéresser. J'ai lu, j'ai observé, pendant 15 ans, je me suis formée à la Communication NonViolente, j'ai expérimenté pas à pas avec mes proches et mes moins proches… Ce spectacle, c'est une une illustration, un témoignage, une recherche personnelle et professionnelle qui aboutit à une envie de partage de prises de conscience. Un spectacle qui se veut humble et vrai. Mon intention c'est que ce spectacle contribue à nous rendre la vie plus belle, avec plus d'ouverture, de compréhension de soi et des autres, plus d'écoute, d'attention et d'amour, sans mettre de côté nos limites.





Note d'intention de la metteuse en scène

Rencontrer Erika en tant qu'artiste, autrice, comédienne, c'est prendre un grand bol d'air ! Le rythme pulse, pétille, est intelligent, c'est la rencontre entre la légèreté et la profondeur.
Mettre en scène *Ma [non] violence ordinaire*, le défi était grand !
Connaître le projet porté par l'artiste et le révéler, voilà mon travail.
Se mettre au service d'une écriture, pour que tout puisse s'entendre, faire de la place à l'imaginaire de chacun, c'est toujours revenir à la page blanche.
C'est un travail étonnant d'écoute, de résonances, de confiance, une alchimie toujours surprenante.
Et un jour, c'est fait, vous dire les chemins parcourus pour cela ? J'en serais bien incapable. C'est une rencontre d'inconscients, de désirs, de travail, de recherche…
Mettre en place une forme légère où il faut que chacun.e ait sa place: l'autrice, la comédienne avec des appuis de jeu solides, les personnages…
Permettre au public de tout recevoir de ce spectacle.
Ce texte est puissant, la comédienne est talentueuse, tout était là, il me fallait donc trouver le mouvement, la scénographie et la forme qui serviraient le fond et le jeu !
Une porte, une table, des accessoires légers, des ambiances sonores et l'histoire se raconte avec trois fois rien, pour pouvoir aller à la rencontre de tous les espaces et de tous les publics, au fin fond de chaque ville, village, là où les cœurs sont en quête de sens et où les lieux ne sont pas toujours équipés pour recevoir des spectacles.
Ce spectacle peut partir sur les routes !

PAROLES DU PUBLIC

Ça devrait être remboursé par la sécu ce spectacle!

Cécile 43 ans

On se retrouve tellement dans les différents personnages!

Alain 53 ans

C'est fin, c'est bien écrit… Merci!

Elodie 32 ans

Ça m'a fait rire, ça m'a émue, ça m'a fait réfléchir. C'est tellement réaliste, tellement vrai! Un texte à la fois profond et artistique…

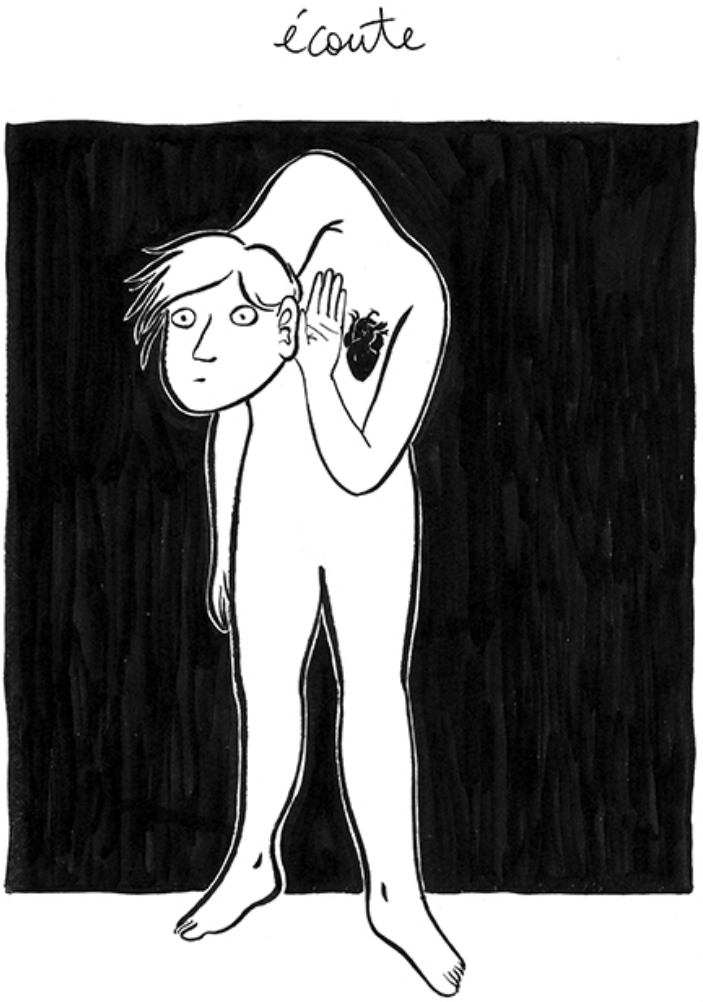
Andréanne 38 ans

J'ai eu l'impression que vous étiez venue dans notre famille!

Luc 40 ans

Possibilité d'atelier post spectacle

Pour faire suite au spectacle, il est possible d'envisager un atelier le lendemain pour poursuivre la réflexion et mettre en pratique de façon ludique, concrète et participative les pistes évoquées dans le spectacle. Avec du théâtre forum sur mesure, nous explorerons des situations du quotidien que nous jouerons en sketchs pour tenter ensemble des pistes d'écoute empathique de soi et de l'autre.



FICHE TECHNIQUE DU SPECTACLE « MA [NON] VIOLENCE ORDINAIRE »

Nous avons besoin d'un espace scénique de minimum 4 x 3 mètres avec un sol lisse, un espace de 5m x 4m est plus confortable si possible. Ma [non] violence ordinaire est un spectacle qui peut s'adapter à différentes configurations de salles.

2 formules possibles:
Formule classique: arrivée 4h en avance, conception éclairage avec régisseur lumière. Nous sommes **autonomes** en son et en éclairage. Nous avons une préférence pour les salles équipées, mais nous sommes ouverts aux différentes propositions. Nous avons besoin d'avoir accès à la scène 4h avant le début du spectacle. Envoi du plan de feux sur demande.

Formule légère: spectacle avec deux spots et gradateur. Besoin de trois prises électriques. Arrivée minimum 2h en avance.

Dans les deux formules, nous avons besoin d'un espace tranquille pour nous poser avant le début de la représentation. Il faut prévoir la restauration pour 2 personnes. Nous souhaitons avoir de l'aide pour décharger le matériel et le charger à la fin.

Pour les questions de production :
veuillez contacter Productions Sème
info@productions-seme.com
04 28 04 45 25 ou 06 01 76 52 91

Pour les questions techniques :
régisseur Olivier Richard : 06 82 32 29 05
olivier.richard.lumiere@gmail.com



BIOGRAPHIES



Erika Leclerc-Marceau, comédienne et autrice

Comédienne, humoriste (École Nationale de l'Humour) et journaliste (Université du Québec à Montréal) de formation, on sent bien les trois casquettes d'Erika dans chacun de ses spectacles. Elle aime mélanger contenu, humour, émotions, lien avec le public et réflexion. Elle a créé les spectacles « Être parents, mieux vaut en rire! » qu'elle a été joué plus de 230 fois, « Erika l'intranquille » et « La Beauté des Sexes ». Erika se forme à la Communication NonViolente depuis plus de10 ans et le thème de l'éducation la passionne. Elle anime des ateliers et des théâtres forums sur le thème de la communication consciente et bienveillante. Elle a tourné 4 ans avec son mari et ses enfants avec le spectacle « La folle épopée d'une famille ordinaire ». Depuis 6 ans, elle joue avec Françoise Keller, formatrice certifiée en Communication NonViolente dans la conférence-spectacle « Et si on s'écoutait pour de vrai? ».



Aude Maury, metteuse en scène

Clown, musicienne, comédienne et metteuse en scène Aude Maury s'est formée à l'art dramatique au cours Périmony puis lors de stages auprès de Mamadou Dioume (comédien chez P. Brook). C'est avec Rosine Rochette (comédienne chez A. Mnouchkine) qu'elle s'initie au clown. Et pendant plus de 15 ans, elle approfondira cette matière auprès d'Agnès Constantinoff (école Lecoq) et plus tard avec Giovanni Fusetti. Aujourd'hui elle poursuit cette recherche en proposant à son tour régulièrement des stages autour du clown contemporain et la question de l'écriture l'intéresse particulièrement. Il lui arrive régulièrement de quitter sa compagnie pour accompagner et travailler à l'écriture de spectacles pour d'autres artistes. « Il pleut des coquelicots », « Emois et moi ?! » avec Aurélie Loiseau, « Voix-là » avec Agnès Chaumié, « Poï » cie Switch, « Désordre » cie du bazar au terminus, « Le Bon Jour » Cie des charentaises de Luxe, « La Beauté des Sexes » Productions Sème.



Marion Roger, conception d'affiche

Marion et Erika ont collaboré souvent pour des affiches et des visuels utilisés en spectacle. Elles utilisent des méthodes artistiques différentes pour aborder des sujets souvent similaires. A la question : « Que faire de mon chemin, de mon temps et de mes mains ? », Marion a répondu : « du dessin »!
Elle a sillonné les routes d'Europe à la recherche de modes de vie et du lien avec la nature. Etapes aux Beaux-Arts d'Angoulême et d'Helsinki, la bande dessinée devient son principal mode d'expression et l'aquarelle le médium qu'elle utilise pour admirer formes et couleurs de la flore sauvage. Elle aime trouver la ligne la plus efficace pour exprimer une idée. Point de départ de l'exercice quotidien et projet en cours *Cosmographie* qui vous est proposé en exposition complémentaire au spectacle. 06 84 55 99 89 wawionne@hotmail.fr