

LES VEILLEUSES

Héloïse Meire / Cie What's Up


Le Vilar

Outil
pédagogique
4 > 6^{ème}



+/- 1h30

me 4.11 - 19h00
je 5.11 - 19h00
ve 6.11 - 20h00
sa 7.11 - 19h00

ma 10.11 - 20h00
me 11.11 - 19h00
je 12.11 - 19h00
ve 13.11 - 20h00

4 > 13.11.2026
Théâtre Jean Vilar

Leurs histoires m'interpellent, nos discussions me déplacent. Avec ce projet, je veux braquer les projecteurs sur leurs vécus, sur les tabous et les non-dits, sur les chemins sinueux, étonnants, difficiles, mais souvent porteurs dans leur parcours d'aidants.

Héloïse Meire, metteuse en scène

Le scénario est construit comme un récit choral : Trois histoires évoluent en parallèle, entrent peu à peu en résonance et finissent par se croiser pour trouver une forme de résolution.

Cinq interprètes donnent vie à une quinzaine de personnages derrière des masques entiers expressifs. Dans ce spectacle sans paroles, le corps, la respiration, le rythme et la gestuelle prennent le relais des mots pour raconter les relations et rendre visible ce qui, souvent, ne l'est pas : le soin.

Pensé comme un roman graphique qui prend vie sur scène, *Les Veilleuses* déploie une succession d'images concrètes, sensibles et poétiques. Le masque permet d'aborder l'intime sans pathos, tout en laissant à chacun·e la liberté d'y projeter sa propre histoire.

Aux scènes ancrées dans le quotidien viennent se mêler des incursions dans le monde intérieur des personnages, faisant surgir leurs peurs, leurs désirs ou leurs rêves. L'espace et le temps se dérèglent alors, ouvrant la voie à des effets d'illusion : grâce au jeu masqué, un personnage peut se dédoubler ; grâce à la vidéo, le poisson rouge de son bocal devenir gigantesque et se mettre à nager dans le salon. Le réel glisse ainsi, par moments, vers l'étrange, l'onirique ou le fantastique.

À travers ces trois trajectoires, *Les Veilleuses* braque la lumière sur celles et ceux qui prennent soin dans l'ombre et raconte, plus largement, la fragilité de nos existences et notre besoin irrémédiable les un·es des autres.

Mise en scène et scénario : Héloïse Meire – Avec Muriel Clairembourg, Marie Delpit, Mehrzad Kateb, Léa Le Fell et François Regout – Regard extérieur scénario et dramaturgie : Stéphanie Mangez – Regard extérieur à la mise en scène : Jean-Michel d'Hoop – Assistanat à la mise en scène : Tara Bozkurt – Stagiaire assistanat : Auguste Brismé – Création des masques : Anaëlle Impe, assistée de Baptiste Leclère – Scénographie : Renata Gorka – Costumes : Cinzia Derom, assistée de Sophie Rassat – Accessoires : Laura Erba – Création lumières : Xavier Lauwers – Création sonore et musicale : Guillaume Istace – Création photos et vidéos : Hubert Amiel – Direction technique et régie son : Grégoire Tempels – Régie son en création au Vilar : Quentin Connan – Régie lumières en tournée : José Moya – Construction décor : Kevin Sage assisté par Amaury Baronnet – Formation jeu masqué : Loïc Nebraska, Claire Heggen, Andres Angulo – Administration de production : Ophis / Céline Wiertz – Production et diffusion : Bianca Riccardi – Avec l'aide de l'équipe technique du Vilar – Avec les voix de : Tara Bozkurt, Auguste Brismé, Muriel Clairembourg, Charlie Istace, Guillaume Istace, Juliette Istace, Stéphanie Mangez, Ava Roland, Jeanne Spinette – Remerciements : les familles Meire-Gurn et d'Hoop, Joanna et Forest Van Driessche, Sylvie De Roeck, la compagnie Point Zéro, l'Ad Hoc, le théâtre des Galeries, la compagnie Chaliwaté, le Théâtre National Wallonie-Bruxelles.

Une production de la Compagnie What's Up en coproduction avec Le Vilar (Louvain-la-Neuve), la Maison de la Culture de Tournai, le Théâtre des Martyrs, le Théâtre Varia, le Kinneksbond – Centre culturel Mamer et DC&J Création. Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles/Administration générale de la culture/Direction du théâtre, du Tax Shelter du Gouvernement fédéral belge et d'Inver Tax Shelter. Spectacle proposé en partenariat avec Maboule, Festival international Marionnettes et Arts associés, co-organisé par le TOF Théâtre et Le Monty – maboule.be

Nous espérons cet outil pédagogique pensé au plus près de vos pratiques. Il est composé de ressources pour exploiter le spectacle avec les élèves, tout en restant dans le cadre de l'école.¹ Les élèves s'en emparent avant (ou après) d'être spectateurs et spectatrices.

En complément à ce dossier, nous vous rappelons encore les activités de notre outil pédagogique : *Accompagner les premières sorties au théâtre*.² Vous vous sentirez libres d'adapter ces ressources aux réalités fluctuantes de vos pratiques d'enseignement et à la pertinence quant au spectacle.

Réaliser un outil pédagogique pour un spectacle en création comporte sa part de défi et peut dès lors présenter certaines approximations par rapport à l'œuvre définitive qui ne sera visible du public qu'au soir de la première, en novembre 2026.

Les pistes proposées contextualisent le spectacle et/ou tentent d'éveiller la curiosité du futur public, tout en donnant aux jeunes quelques clés pour profiter de l'expérience au théâtre. Ces propositions existent pour vous encourager à prendre un temps avec vos élèves autour de leur sortie théâtrale. Les ressources sont à choisir, à combiner pour construire votre période, ou à approfondir selon votre temps réel disponible, votre classe, vos affinités.

Ce dossier est réalisé en collaboration avec le Théâtre des Martyrs.

NOTE D'INTENTION

En tant que metteuse en scène, je crée souvent des spectacles à partir de sujets qui me touchent de près. Ce fut le cas avec *Is there life on Mars ?*, spectacle documentaire autour de l'autisme, qui a notamment permis de déplacer certains regards et certaines relations au sein de ma propre famille.

Les Veilleuses trouve, lui aussi, son origine dans une expérience personnelle : celle de voir, depuis de nombreuses années, ma mère accompagner mon père, dont l'autonomie s'est progressivement réduite.

À travers elle, j'ai pu observer ce que signifie devenir aidante : être présente au quotidien, accompagner, organiser, anticiper, gérer les soins et les démarches, mais aussi trouver sans cesse un équilibre entre aider l'autre, respecter son autonomie et préserver la sienne.

Cette expérience intime rejoint une réalité beaucoup plus large. En Belgique, des centaines de milliers de personnes accompagnent régulièrement un-e proche en situation de dépendance. Depuis quelques années, le terme "aidant-e proche" est entré dans notre vocabulaire et, avec lui, une prise de conscience progressive du rôle essentiel - et encore largement invisible - que jouent ces personnes dans notre société et notre système de santé.

¹ Dans le souci de répondre à vos attentes et réalités de professeur-euses, n'hésitez pas à nous faire des retours sur ce type de documents ou à nous suggérer toute amélioration à prendre en compte pour les spectacles à venir, afin que vous puissiez exploiter au mieux la sortie théâtrale en classe.

² L'intégralité de cet outil est disponible sur simple demande. Nous pouvons également vous l'envoyer dans sa version imprimée.

Avec *Les Veilleuses*, j'ai voulu braquer les projecteurs sur celles et ceux qui consacrent chaque jour une part importante de leur temps – et parfois de leur vie – à prendre soin d'un-e proche.

Cette fois, j'ai choisi d'aborder le sujet par la fiction. Pendant deux ans, j'ai mené des ateliers artistiques auprès de personnes aidantes proches. Leurs récits et leurs expériences ont nourri l'écriture de *Les Veilleuses* et la construction de ses personnages.

Pendant deux ans, j'ai mené des ateliers artistiques auprès de personnes aidantes, jeunes et adultes, aux parcours très différents : enfants, parents, frères et sœurs, ami-es, compagnes et compagnons accompagnant un-e proche en situation de handicap ou souffrant de troubles psychiques ou physiques. Certain-es étaient d'ancien-nes aidant-es, dont la personne accompagnée est décédée, mais qui avaient à cœur de transmettre leur expérience à celles et ceux qui traversent aujourd'hui des situations similaires.

Ces personnes accompagnent leur proche par amour, par solidarité, mais aussi parfois parce qu'il n'y a tout simplement pas d'autre choix. Elles ne sont souvent pas formées pour le faire et avancent comme elles peuvent, traversées par des émotions multiples et parfois contradictoires : le dévouement et l'épuisement, la colère, la peur, la culpabilité, le manque de ressource financière et logistique, mais aussi le sentiment d'être utile, la joie, l'humour et la tendresse.

Héloïse Meire

Créer sur le soin, dans le soin

Au fil de la création, plusieurs membres de l'équipe artistique ont traversé – ou traversent encore – des expériences qui font écho aux histoires que nous racontons sur scène : prendre soin d'un frère en situation de handicap, accompagner un père ou une mère atteint-e de la maladie d'Alzheimer, soutenir un-e ami-e confronté-e à la maladie mentale, vivre le placement d'un parent, vivre avec un cancer ou faire face au deuil d'un être cher.

Ces expériences ont profondément imprégné notre création, mais aussi notre manière de travailler ensemble, faite d'écoute, de bienveillance et d'adaptation aux réalités de chacun-e.

On dit parfois que le sujet d'un spectacle finit par déteindre sur la manière dont il se fabrique et inversement. Nous créons un spectacle sur le soin et, presque malgré nous, le soin est devenu une manière de créer.

Les Veilleuses porte quelque chose de ce processus : un spectacle sensible, empathique et complexe, traversé d'émotions fortes mais aussi d'humour, de tendresse et, au bout du compte, profondément lumineux.

UNE NARRATION SANS PAROLE

Le spectacle *Les Veilleuses* est un spectacle **sans parole**. Pour autant, le spectacle suit une narration claire : les personnages communiquent entre eux par des gestes, notamment des gestes de soin et des histoires différentes se répondent, entrent en résonance. Les comédien-nes portent des **masques entiers expressifs** dont nous parlerons plus en détails ci-dessous. Le scénario du spectacle est donc **un scénario sans parole**, vous trouverez un extrait de celui-ci

en annexe de cette fiche pédagogique. Quelques voix off viendront tout de même ponctuellement se glisser dans cet univers sans pour autant rompre le parti pris de départ. Elles permettent de donner des informations aux personnages et aux spectateurices et de faire avancer le récit.

Il s'agit également d'un véritable **spectacle choral**, dans lequel plusieurs histoires se passent en même temps dans chacun-e des appartements de l'immeuble. C'est un spectacle hautement visuel puisque ce qui n'est pas dit doit être montré, comme s'il s'agissait d'un **roman graphique** porté à la scène. En effet, le spectacle déploie **une constellation d'images concrètes, sensibles et poétiques**. La scénographie, colorée et intemporelle, se rapproche de l'univers de la bande dessinée et s'accorde avec l'esthétique des masques.

En ANNEXE 1, vous trouverez un extrait du scénario.

Les élèves peuvent s'essayer à écrire un scénario sans parole. Iels imaginent un immeuble avec des habitant-es dans chaque appartement et se demandent qu'est-ce qu'il se passe dans les couloirs, lorsque ceux-ci se croisent. Iels peuvent décrire ces scènes par le biais de didascalies, de dessins ou mettre les deux ensemble. Iels peuvent aussi y ajouter des voix off qui font avancer le récit.

UNE HISTOIRE DE ZOOM ET DÉZOOM

Les Veilleuses nous propose de suivre la vie d'habitant-es d'un immeuble. Il y a donc plusieurs appartements montrés sur la scène. La scénographie, la création vidéo et l'univers sonore nous permettent d'entrer de façon plus intimiste dans chacun de ces appartements. Des effets de zoom et dézoom de la vidéo permettent un dialogue entre l'échelle de la ville et celle de l'immeuble. Zoomer par l'image mais aussi par le son. En effet, la création sonore nous fait entendre les bruits quotidiens de ces lieux de vie, de la machine à café au tic tac de l'horloge en passant par les cris de dispute entendus dans l'appartement voisin. Tout cela nous immerge donc au plus proche de l'intimité des personnages et de leur vie quotidienne. Cet univers réaliste disparaît à certains moments du spectacle au profit de plus de fantastique lorsque nous entrons dans les rêves et les peurs des personnages. Au niveau scénographique, un espace modulable permet de faire apparaître et disparaître des espaces. Que voyons-nous et que souhaitons-nous voir ? Ces différents dispositifs permettent de jouer sur les notions de seuil, d'intimité et de transparence.

LES PERSONNAGES

Si le titre *Les Veilleuses* évoque les petites lampes qui dissipent la peur du noir, il désigne ici celles et ceux qui restent éveillés pour un-e proche.

C'est la nuit. Dans un immeuble, trois fenêtres restent allumées. derrière elles, trois duos de personnes aidantes et aidées : une adolescente qui veille sur sa mère atteinte de troubles bipolaires, une femme dont le père perd peu à peu ses repères, un homme aux côtés de son compagnon atteint d'un cancer.

Au fil des quatre saisons, leurs histoires se croisent et s'entrelacent. D'instantanés du quotidien en échappées oniriques, se compose une fresque sur les liens qui nous unissent lorsque l'un·e devient dépendant·e de l'autre.

En ANNEXE 2, vous trouverez les fiches présentant les différents personnages du spectacle.

LES MASQUES ET LEUR FABRICATION

Comme nous l'avons mentionné ci-dessus, il s'agit d'un spectacle qui repose sur une écriture visuelle. En travaillant avec des **masques entiers expressifs**, la metteuse Héloïse Meire donne aux acteur·ices la responsabilité d'exprimer l'émotion à partir du travail du corps, de la respiration et du rythme. Les comédien·nes sont cinq sur le plateau et viennent de disciplines différentes : théâtre, danse, marionnettes et cirque. Ils ont tous ensemble été formés lors d'ateliers donnés par des spécialistes du jeu masqué. La metteuse en scène est convaincue que cette forme était adaptée pour aborder sur scène **les relations entre aidant·es et aidé·es**. Et ce à plusieurs niveaux : le jeu masqué sans parole permet de mettre en lumière les gestes du soin, le visage fixe du masque peut être un relais pour l'imaginaire et chaque geste, chaque posture, chaque immobilité prend une intensité décuplée et laisse plus de place au public pour y projeter leurs propres émotions. Le masque crée un **double mouvement** : il permet à la fois de devenir *autre* et à la fois, de montrer ce qui est à l'intérieur : nos fragilités, nos peurs, nos désirs. De plus, pour la metteuse en scène, il permet de canaliser les émotions dans une expression maîtrisée, ce qui évite le pathos. Jouer avec des masques rend possible aux acteur·ices d'incarner plusieurs personnages, de passer du rôle d'aidant·e à celui d'aidé·e, représentant la fluidité de ces rôles que nous endossons tout au long de notre vie.

C'est la créatrice de marionnettes et masques Anaëlle Impe assistée par Baptiste Leclère qui ont réalisé tous les personnages du spectacle. Tous les masques sont **entièrement sculptés à la main**, dans un processus artisanal complexe : moulage des têtes des comédien·nes, sculpture, thermoplastique, peinture primaires, fines couches successives, cheveux et finitions au vernis. Ils sont entiers, plus grands que nature. Chaque visage porte des expressions volontairement contradictoires afin d'offrir une ambiguïté et que le public puisse projeter la palette d'émotions qu'il souhaite sur les personnages à chaque instant du spectacle.

Vous trouverez des illustrations du travail de création des masques en ANNEXE 3.

Les élèves peuvent noter les moments d'ambiguïté émotionnelle qu'ils ont ressenti pendant le spectacle.

LE MASQUE DANS L'HISTOIRE

L'histoire du masque dans le théâtre occidental remonte à **l'antiquité** grecque, suivie de l'antiquité romaine, où il permettait plusieurs fonctions, sacrées ou techniques. Les gradins sont immenses, le masque grossit les traits des personnages pour qu'ils soient visibles de loin. En extérieur, il aide également à amplifier et projeter la voix vers le public. Les acteurs portent des masques en lin, en bois ou en liège pour incarner des personnages tragiques, comiques ou satiriques, des dieux, des héros ou des monstres. Tous plus facilement identifiables à l'aide des

masques. Aussi, les rôles féminins étant interdits aux femmes, les hommes utilisent des masques, tout comme des costumes adaptés pour jouer ces personnages.

Après une période où de nombreuses formes d'art ont disparu, le masque revient en Europe à la fin du Moyen-âge et à la renaissance dans les mystères religieux, les carnivals et les farces populaires, pour figurer des créatures allégoriques, des démons ou des anges.

Au 16^{ème} siècle, la Commedia dell'Arte en Italie révolutionne l'art dramatique et inspirera Molière. Le masque devient l'élément central du jeu d'acteur. Ils portent des demi-masques, la bouche est libérée, en cuir ou en tissu. Ils représentent des types fixes et stéréotypés comme Arlequin, Pantalon ou Polichinelle. Le public reconnaît les personnages, leur psychologie est fixée par le masque. Le jeu, très expressif, repose sur la gestuelle corporelle et sur l'interprétation.

Au 20^{ème} siècle, le masque quitte le simple registre du personnage type pour devenir un outil fondamental de la formation de l'acteur. La pédagogie du masque neutre se construit.³ C'est un masque plein visage, épuré, sans expression fixe qui aide l'acteur à trouver son équilibre, son souffle et une présence scénique pure en se libérant des mimiques du visage. Parallèlement, des compagnies théâtrales font du masque leur discipline de base pour exacerber le geste théâtral et l'adresse au public.⁴

Aujourd'hui, le masque oscille entre tradition et modernité. Des artistes, comme la compagnie What's Up, utilisent le masque intégral sans paroles pour bâtir un théâtre visuel et poétique. Il peut également servir d'outil politique ou d'anonymat pour universaliser les propos tenus sur scène.

Deux liens pour aller plus loin :

Le masque une discipline de base au Théâtre du Soleil
Les masques dans l'histoire de l'art

LES AIDANT·ES-PROCHES

Une définition

Un aidant-proche, c'est quelqu'un qui aide gratuitement et régulièrement un proche en déficit d'autonomie physique ou psychique, donc en dépendance.

Cette dépendance peut être due à trois grandes causes :

- une maladie de la personne aidée ;
- un handicap dont elle souffre ;
- son âge.

Il ne s'agit pas de volontariat, qui est régi par une loi, dépend de critères spécifiques et débouche sur un bénévolat presté sur base volontaire. Ici, on est davantage dans une forme de

³ Avec les pédagogues Jacques Copeau et Jacques Lecoq.

⁴ La découverte du théâtre oriental et ses cultures du masque influenceront aussi les artistes et pédagogues.

contrainte : on se sent « obligé » d'aider son proche qui peut être un conjoint, un parent, un enfant, un ami, un collègue, un voisin, etc. On le fait par amour ou par amitié pour cette personne.

Dans les faits, on a tous été, on est tous ou on sera tous l'aidant-proche de quelqu'un à un moment de notre vie.

Quelques chiffres

En Belgique, une étude de Sciensano réalisée en 2023-2024 estime le nombre d'aidants proches à 13,3% de la population belge de 15 ans et plus, soit plus de **1,3 million de personnes**.

Il faut donc ajouter à ce chiffre les moins de 15 ans. Une étude réalisée dans les écoles secondaires de la province de Liège, indique que **20% des élèves** – soit 5 élèves en moyenne dans une classe de 25 – aident un proche. Une étude réalisée en France sur les élèves du supérieur arrive au même résultat.

En totalisant cela, on arrive à **2 millions d'aidants-proches en Belgique**, dont 850.000 en Fédération Wallonie-Bruxelles.

Diverses études indiquent également ceci :

- 64% des aidants-proches sont des femmes
- L'aide moyenne apportée à un proche représente 4,2h/jour
- 30% ont dû quitter leur travail et 25% le réduire pour s'occuper de leur proche
- L'aide des aidants-proches représente (étude européenne) 2,5% du PIB du pays concerné, soit 15 milliards d'euros que la Belgique économise dans ses dépenses de Sécurité sociale grâce aux tâches que les aidants-proches accomplissent gratuitement. En d'autres termes, s'ils n'étaient pas là, l'Inami devrait déboursier 15 milliards par an pour accomplir leurs actes à leur place ;
- 42% déplorent un manque de structures de répit qui prendraient en charge leur proche de temps en temps pour leur permettre de souffler et de ne plus s'isoler socialement
- Les tâches accomplies sont très diverses : petits soins, aide administrative, ménage, aide au déplacement, présence, repas, etc.

L' ASBL aidants-proches

L'ASBL a été créée en 2006 suite à la constatation que les aidants-proches constituaient une sorte de minorité invisible. Elle les aide en les orientant vers des services capables de les aider près de chez eux et en défendant leurs droits auprès du monde politique.

En 2024, un projet concernant les jeunes aidants-proches est lancé pour conscientiser les écoles à leur existence ainsi qu'à ce qu'ils vivent souvent en silence. L'objectif est de les aider à réussir leur scolarité malgré leur situation familiale parfois très complexe.

L'idée est notamment qu'un maximum d'établissements s'inspire du statut des « étudiants à besoins spécifiques » déjà mis en œuvre pour aménager la scolarité des sportifs de haut niveau.

Au niveau du de l'enseignement supérieur, l'ULB y a ouvert la voie voici deux ans. L'ULiège, l'UMons ainsi que l'UNamur l'ont également fait plus récemment en offrant aux étudiants concernés davantage de souplesse dans leur cursus (dispenses de présence, sessions

adaptées...). Tout cela est octroyé au cas par cas, en fonction d'un dossier à remplir et examiné par les autorités académiques.

L'ASBL regroupe donc à ce jour 3 associations en Belgique francophone : Aidants-Proches Wallonie, Aidants-Proches Bruxelles et jeunes et Aidants-Proches.

Une permanence est joignable de deux façons :

- Par téléphone : 081/30.30.32
- Par mail : infoaidants@aidants.be

Les droits des aidants-proches

Il y en a encore très peu, mais cela évolue petit à petit dans le bon sens. Au niveau fédéral par exemple, dans son accord de majorité de janvier 2025, le gouvernement s'est engagé à renforcer le statut et les droits des aidants-proches. Dans ce cadre, l'ASBL Aidants-Proches prône une allocation sociale réservée aux aidants-proches qui, en raison de la lourdeur de leur charge, ne peuvent pas travailler à temps plein. Cette indisponibilité partielle ou totale pour le marché du travail serait évaluée par des médecins sur base de critères objectifs précis.

Les élèves peuvent faire des exercices d'écriture liés à la question de l'aidance.

- *Noter 5 mots liés à l'aidance, puis passer le papier à quelqu'un d'autre qui le complète par "c'est comme" et écrit la suite. (par exemple: "t'aider, c'est comme te donner un peu de ce que j'ai reçu"). Puis partager à la fin une phrase qui nous touche.*
- *Écrire sur des papiers 3 idées de duos aidant·e-aidé·e (par exemple : une maman et son enfant de 5 ans qui est autiste), 3 objets et 3 lieux. Puis chacun pioche 3 papiers dans chaque pile et écrit une petite nouvelle à partir de cela, qui comprend ces 3 éléments.*

MÉDIAGRAPHIE

La liste est évidemment non-exhaustive, il existe énormément de ressources sur la question des aidant·es proches. Voici quelques idées à partager aux élèves.

FILMS

Les Intranquilles – Joachim Lafosse (2021)

Synopsis : Leïla et Damien s'aiment profondément. Malgré sa bipolarité, il tente de poursuivre sa vie avec elle sachant qu'il ne pourra peut-être jamais lui offrir ce qu'elle désire.

La Ruche - Christophe Hermans (2021)

Synopsis : Du plus loin qu'elles s'en souviennent, Marion, Claire et Louise ont toujours vécu au rythme des joies et de la douleur d'Alice, leur mère. Aujourd'hui, elles n'ont plus que leur amour à opposer à cette spirale destructrice dans laquelle Alice sombre chaque jour davantage. Un amour infini, aussi violent qu'indicible.

The Father – Florian Zeller (2020)

Synopsis : The Father raconte la trajectoire intérieure d'un homme de 81 ans, Anthony, dont la réalité se brise peu à peu sous nos yeux. Mais c'est aussi l'histoire d'Anne, sa fille, qui tente de l'accompagner dans un labyrinthe de questions sans réponses.

LIVRES

Lize Spit, je ne suis pas là, 2023

Résumé : Leo vit avec son petit ami Simon depuis dix ans. Lié par une enfance troublée, le couple vit parfaitement heureux. Jusqu'à ce que tout change : Simon rentre chez eux au milieu de la nuit et Leo ne le reconnaît plus, ni dans ses gestes, ni dans ses mots. Lentement, l'existence méticuleusement construite de Leo s'effondre, jusqu'à mettre sa vie en danger...

Annie Ernaux, "Je ne suis pas sortie de ma nuit", 1997

Résumé : Ma mère a été atteinte de la maladie d'Alzheimer au début des années 80 et placée dans une maison de retraite. Quand je revenais de mes visites, il fallait que j'écrive sur elle, son corps, ses paroles, le lieu où elle se trouvait. Je ne savais pas que ce journal me conduirait vers sa mort, en 86.

Charlotte Abramow, Maurice, tristesse et rigolade, 2018

Résumé : Le père de Charlotte est un personnage atypique et excentrique, un médecin et un rêveur. Suite à un cancer et à une rémission, il doit tout réapprendre et ne sera plus le même, vivant dans son monde intérieur. Mais ce personnage fantasque entretient avec sa fille une relation complice, que cette dernière photographie et met en scène pour en jouer. Le surréalisme affleure dans plusieurs de ses images qui, loin de nous enfoncer dans un pathos douloureux, nous transportent dans un monde parallèle, léger et réjouissant. Charlotte remet en scène son père en studio dans des tableaux qui évoquent en sept chapitres le conte qui lui est dédié : le coma, la chambre, la désorientation, le langage, le royaume, l'entretien surréaliste, le prochain monde. Ce conte ne traduit pas une volonté de comprendre ce mystère, mais de lui rendre hommage.

ROMAN GRAPHIQUE

La tendresse des pierres – Marion Fayolle (2013)

Résumé : Si j'avais dû trouver un élément pour symboliser mon père, j'aurais choisi les pierres. Mais, attention pas les galets lisses et doux. Non plutôt, les rochers qui piquent les pieds si on leur marche dessus sans chaussures. Ceux qui sont recouverts d'aspérités. Ceux qui râpent, qui coupent, qui sont agressifs et froids. Mon père était un rocher sur lequel on aurait aimé s'agripper sans se blesser. Sous lequel on aurait aimé s'abriter sans se sentir menacé.

PODCASTS

Prendre soin, penser en féministes le monde d'après – Arte Radio (2020)

La crise du Covid a mis au-devant de la scène de nombreuses femmes, autrefois invisibles, qui exercent en grande majorité ces métiers dits « du care », essentiels à la marche de notre monde. Elles sont aides-soignantes travaillant en Ehpad, infirmières, aides à domicile, institutrices, caissières, nounous, agentes d'entretien... Leur travail est habituellement peu considéré, peu rémunéré, voire dévalorisé. Le podcast interroge

aussi plus largement la notion de soin : qui prend soin de qui ? Est-ce que le care n'est pas aussi une question de classe ? Comment ont été soigné.e.s les habitantes et habitants des quartiers populaires ? Et au-delà encore, comment prend-on soin ? Qu'en est-il du soin que l'on porte aux morts ? Mais aussi au monde vivant, et aux animaux ? Et pourquoi tout cela nous amène à parler de vulnérabilité, de pouvoir et d'utopies concrètes ?

Plan Aidants, le podcast des aidants – Spotify (2022)

Plan Aidants donne la parole aux Aidants en partageant des épisodes de vie, des bons plans, les hauts et les bas du quotidien, et des trucs et astuces.

Encore heureux - Qui pour aider les aidant-es ? – Binge Audio (2026)

En France, les aidant-es sont un maillon essentiel : aujourd'hui, iels sont au moins dix millions à soutenir un enfant, un adulte handicapé, une personne âgée dépendante. Avec le vieillissement de la population, et les défaillances de nos systèmes de santé et de solidarité, iels seront sans doute beaucoup plus demain. Alors, à quoi ça ressemble, le quotidien d'un aidant ? Quels sont les défis que doivent affronter ces personnes ? Quel impact cela peut-il avoir sur elleux et sur la société en général ? Et surtout, qui les aide, ces aidant-es ? Pour en parler, Camille Teste reçoit Vincent Valinducq, médecin généraliste et auteur de *Je suis devenu le parent de mes parents* (éd. Stock, 2023).

AIDANT-ES-PROCHES

Un podcast d'Héloïse Meire et du CEC Ateliers'Bis réalisé avec des participantes des ateliers aidant-e-s-proches à Namur

ANNEXE 1

Extrait du scénario du spectacle

COULOIR/ASCENSEUR MATIN

Musique couloir 1(+ sons de l'ascenseur).

La lumière s'allume qqs secondes dans l'ascenseur chaque fois que qqn arrive ou repart

- Un ballon traverse le couloir
- YVAN sort de l'ascenseur et traverse le couloir.
- LA CONCIERGE (Muriel) et LE CONCIERGE (Léa) sortent du couloir (jardin), traversent. Le chien aboie: LA CONCIERGE fait un geste de se taire.
Il déploie l'escabelle, elle monte. Iels décorent l'espace avant (ascenseur et porte) avec deux guirlandes "Halloween" et terminent en mettant une grande araignée suspendue à la plante. Elle lui tend un produit de nettoyage mais il sort et elle commence à nettoyer.
- LOU (Marie), casque sur les oreilles, sort à la hâte de l'ascenseur, un paquet de céréales en main. Lou se rend soudain compte qu'elle a oublié quelque chose, remonte dans l'ascenseur en courant.
- L'AMOUREUX (Mehrzad) arrive dans le couloir, il s'assoit sur la banquette, se peigne, et attend. Il envoie un message avec son téléphone.
- YVAN (François) revient avec un bouquet de fleurs assorti à son pull, il se dirige vers l'ascenseur.
- YVAN se prend la porte de l'ascenseur car LOU ressort en même temps. Il monte. Lou traverse le couloir en courant, avec son cartable. Elle fait signe "ouh sa sent la cocotte en passant à côté de l'amoureux.
- MINA (Léa) arrive de l'ascenseur et embrasse L'AMOUREUX (Mehrzad). Iels sortent ensemble de l'immeuble main dans la main.
- LA CONCIERGE met le courrier dans les boîtes aux lettres, tout en vérifiant avec attention qui a reçu quoi. Puis elle ramasse poussières et les céréales, regarde autour d'elle, comme personne ne la regarde, les met dans la plante
- Elle tire le voile de cour à jardin (on découvre l'appart derrière), s'installe sur le petit banc côté jardin, s'assied et tricote (tricot 1)

NOIR (la concierge sort)



**Mina, une femme quadragénaire,
a accueilli son père Amir chez elle.**

Parfois, Amir confond Mina avec son épouse décédée, se perd en pyjama dans l'immeuble et devient parfois envahissant.

Dépassée, Mina jongle entre sa vie professionnelle et amoureuse, les innombrables démarches administratives et médicales, l'intendance et la surveillance de son père, qui devient de plus en plus confus.

La maladie transforme peu à peu leur relation père-fille, inversant les rôles parent-enfant, mais créant aussi une nouvelle forme d'intimité entre eux.



Lou & Sarah

Lou, une adolescente vit seule avec sa mère, Sarah.

Ensemble, elles avancent au rythme des vagues que provoque la bipolarité de Sarah : des moments d'euphorie débordante, puis la dépression où le monde s'éteint et, entre les deux, des phases de répit que Lou redoute de voir basculer.

Lou tente de prendre les choses en main comme une grande » : elle fait les courses, prépare les repas, surveille la prise de médicament de sa maman et essaye tant bien que mal de cadrer leur quotidien.

Mais, débordante d'énergie, elle a aussi besoin d'exécutoires. Alors elle saute à la corde dans les couloirs, s'isole sur le toit de l'immeuble ou joue - littéralement - avec le feu.



Yvan, quincagénaire, soutient son compagnon Sam, atteint d'un cancer en phase avancée.

Yvan et Sam forment un couple de longue date, que tout semble opposer. Yvan, pragmatique, méthodique et anxieux, tente de garder le contrôle en organisant chaque détail du quotidien. Sam cultive au contraire la légèreté et une farouche indépendance. Avec la maladie, leur relation se transforme. Entre le besoin de prendre soin et celui de préserver l'intimité et la dignité, ils cherchent comment rester un couple, continuer à s'aimer et se soutenir dans l'épreuve qu'ils traversent ensemble.

Dans le salon, un lit médicalisé prend bientôt place et leur quotidien de couple est profondément bouleversé. Yvan s'occupe de son compagnon jusqu'à sa mort, et se retrouve ensuite désorienté et sans repères.

C'est alors qu'une relation inopinée avec Lou, la bruyante voisine du dessous, vient ouvrir une nouvelle brèche dans son horizon.



Les concierges forment un duo plus clownesque.

Elle en est le véritable pilier : femme de ménage et observatrice attentive, elle connaît les habitudes de chacun, décore le couloir au fil des saisons et veille, à sa manière, sur les habitant·es.

Lui, homme à tout faire et bricoleur, l'accompagne dans l'entretien quotidien des lieux.

Ensemble, ils réparent, nettoient, décorent et apportent une touche de légèreté à la vie de l'immeuble.



D'autres personnages traversent plus brièvement l'histoire :

Habitant·es de l'immeuble ou figures qui gravitent autour de nos duos - l'aide-soignant d'Amir, l'amoureux de Mina...

Par leurs apparitions, parfois furtives ou inattendues, ils ouvrent les appartements sur le monde extérieur et contribuent à faire de l'immeuble un petit monde vivant.

ANNEXE 3



- Sculpture en terre sur l'empreinte du visage du comédien



- Moulage en vue de la duplication du masque



- Tirage en thermoplastique



Chaque visage porte des expressions volontairement contradictoires :

par exemple des yeux tristes mais avec un léger sourire, afin d'offrir une ambiguïté qui permette aux spectateur·rice·s d'y projeter toute la palette des émotions en fonction des différents moments.



- détails du visage
cheveux, peau, poils, maquillage



Anaëlle en essayage •