

ELLE
PAS PRINCESSE
LUI
PAS HÉROS.

THÉÂTRE ET LECTURE À VOIX HAUTE

Parcours d'Éducation
Artistique et Culturelle



ELLE PAS PRINCESSE LUI PAS HÉROS

- PARCOURS D'ÉDUCATION ARTISTIQUE ET CULTURELLE EN LIEN AVEC LA CRÉATION D'UN SPECTACLE.

THÉÂTRE ET LECTURE À VOIX HAUTE

Du CE1 au CM2

6 séances de 1h30 à 2h

Restitution

Intervention en demi-groupes puis groupe classe

2 artistes intervenant·es

Adaptation possible du parcours

Axes du projet

- Lecture à voix haute
- Interprétation et incarnation
- Écoute et pratique collective
- Égalité filles-garçons
- Liberté d'être soi

Compétences mobilisées

- Lecture expressive
- Prise de parole
- Écoute et coopération
- Compréhension et interprétation
- Expression des émotions
- Confiance orale

ELLE PAS PRINCESSE LUI PAS HÉROS.

LE TEXTE

Elle est élevée comme un garçon, Lui a les cheveux longs comme les filles. Quant à Cédric, il tient à assumer le rôle du garçon parfait. Trois histoires liées entre elles, trois histoires où il est question de goûts, de préférences, de place à tenir quand on est un garçon ou une fille.

Leïli a passé ses huit premières années en pleine nature, avec sa mère et son baby-sitter. Elle s'habille comme un garçon pour pouvoir chasser et ne pas être la proie du Dahu, un prédateur qui mange les robes et

les couettes des petites filles. Un jour, elle déménage avec sa mère en ville, et découvre le supermarché, l'école et les filles habillées comme des princesses. Dans sa classe, elle rencontre Nils, un garçon taiseux qui inquiète son papa : trop maigre, les cheveux trop longs, les pleurs trop fréquents. Ensemble, et un jour amoureux, ils vont grandir en acceptant de n'être ni une princesse ni un héros.



PRÉSENTATION GÉNÉRALE.

« Elle pas princesse, lui pas héros » est un projet d'éducation artistique et culturelle ancré dans la pratique vivante du théâtre et de la lecture à voix haute. Il propose, aux élèves de cycle 2 et 3, une rencontre intime avec le texte de Magali Mougel – une pièce qui parle d'enfants, à des enfants – en leur donnant les outils pour l'habiter, le porter, le faire résonner dans la classe.

Sur 6 séances, la compagnie A Minima accompagne les élèves dans un double apprentissage : celui de la lecture à voix haute comme acte vivant et expressif, et celui de l'interprétation de personnages qui questionnent l'égalité filles-garçons, les assignations de genre, la pression sociale et la liberté d'être soi.

Le projet s'appuie sur la démarche développée dans les ateliers « Jouer avec la lecture » : des exercices empruntés au plateau – écoute, rythme, intonation, adresse – qui transforment la lecture en jeu collectif, en expérience partagée. Il s'inscrit également dans le processus de création du spectacle Elle pas princesse, lui pas héros (création 2027), permettant aux élèves de participer, à leur façon, à la naissance d'une œuvre où la participation des enfants par le biais de la lecture à voix haute sera au cœur du dispositif.

DU CE1 AU CM2.



LA LECTURE À VOIX HAUTE.



Travailler la choralité, l'incarnation de personnages, les allers-retours entre récit et jeu. Comment une voix collective porte-t-elle une histoire ? Comment passer du texte au corps ?



Ce parcours propose aux élèves de découvrir la lecture à voix haute comme une pratique vivante, ancrée dans le jeu et la relation, chacun apprend à faire entendre ce qu'il lit, et à lire ce qu'il a envie de faire entendre.

La lecture n'est pas un exercice à réussir – c'est un prétexte pour jouer ensemble, s'écouter, inventer des voix, des personnages, oser, faire passer un message.

La lecture devient un moyen, et non plus un but. En s'adaptant au niveau de lecture de chacun, c'est aussi la possibilité de renforcer la curiosité pour les textes et l'envie de lire. Seul. Ou à plusieurs.

LES THÉMATIQUES ABORDÉES PAR LE TEXTE.

Elle pas princesse, lui pas héros nous parle de la difficulté d'être soi quand le monde a déjà décidé qui on devrait être. À travers les histoires entrelacées de trois enfants, le texte de Magali Mougel ouvre un espace pour nommer ce que les enfants traversent parfois à l'école sans pouvoir le formuler.

Égalité filles-garçons

Leïli s'habille comme un garçon pour aller chasser. Nils a les cheveux longs et pleure trop souvent. Cédric veut être le garçon parfait. Trois histoires qui interrogent, sans les caricaturer, les injonctions auxquelles les enfants font face dès leur plus jeune âge. Le projet crée les conditions pour que chaque élève puisse réfléchir à ces inégalités à partir de ses propres expériences.

Assignation de genre et étiquettes sociales

Le texte met au jour les mécanismes d'étiquetage – ces catégories (fille/garçon, fort/fragile, courageuse/peureux) qui précèdent les individus et les enferment. En avançant sur le texte, ensemble, les élèves explorent cette question : qui décide de qui je suis ? Qu'est-ce qui est en moi et qu'est-ce qui vient du regard des autres ?

Émancipation et liberté d'être soi

Chacun des trois personnages trouve, à sa façon, un chemin vers lui-même – non pas en défiant les normes de façon spectaculaire, mais en les traversant doucement, avec la complexité du quotidien. Le projet valorise cette émancipation tranquille, en phase avec le vécu des enfants de 6 à 9 ans : la liberté de choisir ses goûts, son style, ses amitiés, sans avoir à s'en justifier.

Solidarité et regard bienveillant

C'est la solidarité et le compréhension mutuelle qui permettent à Leïli et Nils de mieux s'accomplir et de s'accepter pour ce qu'ils sont, à leurs propres yeux, comme à ceux des autres. C'est aussi ce que proposent ces ateliers : mettre au cœur la lecture à voix haute comme un moment de partage où l'on peut et doit s'appuyer les uns sur les autres pour jouer ensemble.

Diversité des façons d'être au monde

Trois enfants. Trois façons d'être au monde. Le texte célèbre implicitement la pluralité des identités, sans chercher à en hiérarchiser les valeurs. Les ateliers de création de personnages prolongent cette idée : chaque élève peut inventer, porter, incarner – et ainsi explorer une liberté d'expression qu'il n'a pas toujours dans le contexte scolaire habituel.

J'ai sept ans et c'est toujours la même histoire avec mes cheveux.

J'aime bien les cheveux.

Longs.

Très longs.

On les a jamais coupés et là, maintenant, ils ont une longueur parfaite !

Pour avoir chaud l'hiver.

Pour avoir le vent qui les fait bouger l'été.

Papa, il n'aime pas trop que j'aie les cheveux longs, mais je crois qu'il est jaloux parce que lui, il n'a pas le droit d'en avoir parce qu'il est vieux.

Je rentre de balade avec mamie.

Le vent a soufflé tellement fort qu'il a fait des nœuds pas croyables sur ma tête.

Maman a sorti ses produits pour tête et, avec une grosse brosse et un peigne, elle essaie de tout bien démêler.

Ça tire, ça crisse, ça accroche. Et ma tête dodeline de la tête. Et soudain, c'est comme si j'avais plongé ma tête dans un pot de moutarde, et soudain c'est comme si des milliers de grains de poivre s'étaient glissés dans mon nez, et soudain c'est comme si j'étais en train d'éplucher des kilos d'oignons, et là, je pleure.

C'est incroyable de ne pas réussir à pleurer en silence, à l'intérieur de soi.

Il faut toujours que ça déborde.

"Bon Dieu, mais coupe-lui donc les cheveux !"

LE SPECTACLE.

création à horizon 2027



Ce parcours EAC s'inscrit dans le processus de création d'un spectacle – Elle pas princesse, lui pas héros – à naître en 2027. Cette proposition est au cœur du projet artistique de la compagnie.

Un spectacle ludique, avec la lecture au cœur du jeu

Le spectacle se joue dans un dispositif "semi-frontal" à trois zones. Celle des comédien·ne·s, où l'histoire prend vie. Celle du public. Et entre les deux, une zone intermédiaire – le cœur du projet – occupée par de jeunes lecteurs et lectrices. Séquence après séquence, des élèves viennent prendre place devant la partition qui leur est attribuée, pour porter avec les comédien·ne·s une partie du récit, avant de laisser la place à d'autres.

Un univers visuel et plastique

La scénographie est à l'épure : un décor de papier, des silhouettes en noir et blanc qui s'échappent parfois pour prendre vie sur le plateau. Trois modes s'enchevêtrent – l'imaginaire du récit, porté par les voix des comédiens et des jeunes lecteurs ; le théâtre d'objet, avec ses silhouettes et projections ; et le jeu, incarné par le comédien et la comédienne.

Construire le spectacle avec les enfants

En choisissant de placer les enfants au cœur du dispositif, il devenait évident qu'il faudrait les rencontrer tout au long du travail de création – faire des allers-retours entre les temps de recherche au plateau et les temps d'expérimentation avec ce jeune public. Le parcours EAC est l'un de ces temps : partager le processus de création de la compagnie, sa pratique de la lecture à voix haute, et donner aux élèves la possibilité de participer, à leur façon, aux premières étapes de création d'un spectacle.

Durée estimée : 50 min – À partir de 6 ans, du CE1 à la 6ème – Équipe en tournée : 2 personnes

LE PARCOURS D'ÉDUCATION ARTISTIQUE ET CULTUREL PROPOSÉ EN DÉTAILS.



Organisation générale

Chaque séance se déroule sur 1h30 à 2 heures. Les élèves sont répartis, au minimum pour les deux premières séances, en deux demi-groupes, chacun accompagné d'un comédien ou d'une comédienne. Cette configuration favorise la prise de parole, l'attention portée à chaque élève et la construction d'un climat de confiance propice à oser.

Les séances 1 et 2 posent les fondamentaux de la lecture à voix haute (approche issue des ateliers « Jouer avec la lecture » développés par la compagnie). Les séances 3 et 4 explorent plus spécifiquement le texte de Magali Mougel. La séance 5 est un temps de mise en commun, de création collective. La séquence 6 vient clore le cycle par une restitution. Dans le cas où plusieurs classes participent au projet, les séances 5 et 6 sont des temps communs à toute l'école. Chaque classe aborde des séquences différentes pour permettre une restitution où tous et toutes participent

Déroulement d'une séance

– trois temps :

Échauffement (15 min) pour se rencontrer, convoquer l'imaginaire et la précision

Exploration de l'interprétation (30 min) : A partir de phrases courtes, les élèves abordent la vie dans le texte : comment s'appuyer sur la ponctuation ? Faire varier les tons, les intentions ? Comment aborder les émotions ?

Mise en pratique (1h15) : le comédien ou la comédienne guide les élèves sur des textes courts et percutants pour mettre en pratique avec des consignes simples et ludiques, ce qui a été vu auparavant. Puis en allant progressivement vers Elle pas princesse, Lui pas héros.



SÉANCE 1 · DÉCOUVERTE DE LA LECTURE À VOIX HAUTE — 2h

Thématique : *Entrer dans le texte par le corps et la voix — fondamentaux de la lecture vivante*

Objectifs / contenus

Libérer la voix et le corps dans la lecture
Comprendre que lire à voix haute est un jeu, pas un exercice scolaire
Découvrir les outils de base : rythme, intonation, ponctuation, adresse
Créer un climat de confiance et de jeu collectif

Déroulement

Échauffement (15 min) : jeu d'écoute, de rythme, de présence
Exploration (30 min) : travail centré sur la ponctuation à partir de phrases courtes. Que nous disent les différents signes : le point d'exclamation, d'interrogation, de suspension...
Mise en pratique (1h15) : textes courts et percutants issus d'écritures dramatiques jeunes contemporaines, exercices ludiques avec consignes simples

SÉANCE 2 · LE PERSONNAGE — INTERPRÉTER, INCARNER, INVENTER — 2h

Thématique : *Explorer les possibilités de l'interprétation*

Objectifs / contenus

Explorer la liberté laissée par le texte pour l'interprétation
Suivre le texte qui impulse un personnage
Créer des personnages qui portent et habitent les mots

Déroulement

Échauffement (15 min) : jeu d'écoute, de rythme, de présence
Exploration (30 min) : travail centré sur l'émotion, l'intention, le caractère du personnage à partir de phrases courtes.
Mise en pratique (1h15) : textes courts et percutants issus d'écritures dramatiques jeunes contemporaines, exercices ludiques avec consignes simples.

LES SÉANCES.



Les textes

- Lucienne Eden ou l'île perdue — Stéphane Jaubertie
- Lys Martagon — Sylvain Levey
- Les Pieuvres — Fabien Arca
- Être le loup — Bettina Wegenast
- ...

SÉANCES 3 & 4 · ENTRER DANS L'ŒUVRE — CONSTRUIRE ET APPROFONDIR — 1h30

Thématique : *Passer du jeu à l'interprétation — habiter un texte théâtral*

Objectifs / contenus

Réinvestir les acquis (ponctuation, rythme, personnage) dans un texte plus long
Découvrir les figures de Leïli, Nils et Cédric
Explorer différentes manières d'incarner un personnage, de porter une narration
Approfondir l'adresse, l'intention et la nuance

Déroulement

- Échauffement (15 min) : mise en disponibilité vocale et corporelle
- Exploration (30 min) : travail par petits groupes sur une situation ou un personnage
- Mise en jeu (30 min) : propositions d'interprétation — essais, transformations
- Échange (15 min) : quels personnages ? quelles émotions ? quels échos avec le vécu ?

SÉANCE 5 · SÉANCE 5 · TRAVAILLER UN SÉQUENCE — VERS LE SPECTACLE — 1h30

Thématique : Construire une forme à partir des explorations

Objectifs / contenus

S'investir sur un texte choisi
S'organiser au sein d'une lecture collective
Travailler les transitions, les adresses, l'écoute
Construire une cohérence d'ensemble

Déroulement

Répartition des voix en fonction du dispositif choisi pour la séquence : lecture chorale, dialogue en relai, personnage qui émerge au cœur de la narration
Mise en espace simple
Répétitions



SÉANCES 6 · RESTITUTION — 1h30

Thématique : *Dire, écouter, partager — valoriser le travail engagé sur l'année*

Objectifs / contenus

Expérimenter une situation de représentation
 Montrer son travail à l'école et à sa famille
 Mettre en mots son expérience

Déroulement

Conditions conformes aux possibilités de l'école et de l'équipe enseignante
 Représentation ouverte si possible aux familles

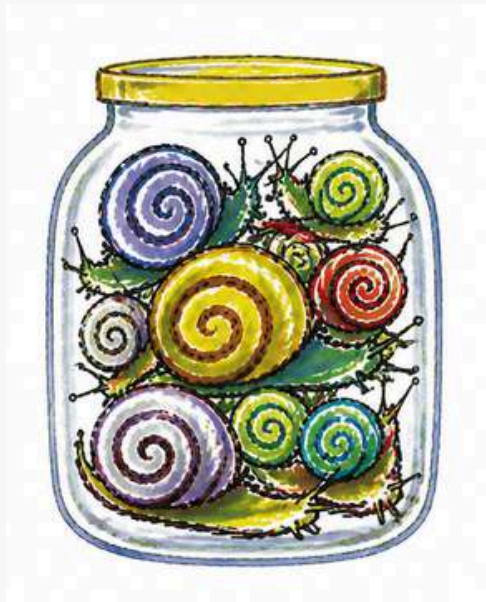


RÉPARTITION DES RÔLES

Intervenant.e.s	Équipe pédagogique	Les élèves
Conception et animation des séances Préparation des ressources et textes Coordination du projet Concertation avec l'équipe pédagogique Encadrement de la restitution	Participation à la concertation initiale Préparation des élèves entre les séances Lien avec les programmes d'enseignement Valorisation Bilan qualitatif	Acteurs à toutes les étapes Lecture, interprétation, jeu Restitution du travail Retour sur le vécu du projet



ET LES ESCARGOTS DANS TOUT ÇA ?



Vous avez sans doute remarqué les escargots qui se promènent parmi ces pages. Ils ne sont pas un détail. A la fin de la pièce, Cédric qui se sait être le Super Chef du Monde décide de faire son exposé sur les escargots. Il va avoir une super note, il en est persuadé. La meilleure. Il décide de faire une grande chasse à l'escargot et il les classe dans deux bocaux. Les petits d'un côté : les femelles; De l'autre, les costauds : les mâles. Oui mais voilà, les escargots sont hermaphrodites.

J'ai neuf ans et c'est comme si je venais de comprendre qu'il y avait plus de couleurs que je n'avais imaginé pour dessiner la planète.

(...)

Si j'étais un escargot, je serais pas obligé de me dire que je suis pas un garçon quand je fais des trucs de fille, parce que, franchement, là je suis fatigué. Fatigué de faire le Super Chef. Je vais me concentrer sur autre chose, je crois.

Une prise de conscience tout en douceur.

Ron, c'était ma baby-sitter personnelle !

Ron, c'était un garçon, mais on disait comme ça : Ron, c'est ma baby-sitter, point.

Ron, il était grand comme une montagne. Et il avait des gros muscles. Très gros. Ron, il était fortiche. Il savait faire plein de trucs et c'était assez étonnant. Il avait toujours plus d'un tour dans son sac.

Il me lisait les histoires incroyables de ELLE Magazine, la vie passionnante des chaussures à talon, l'évolution incroyable des produits pour les cheveux, la conquête scientifique du monde culinaire.

Et surtout, Ron, il avait, comme on dit, de la dextérité dans les doigts. Il aurait pu être pianiste, j'en suis sûre.

Et ce que Ron faisait admirablement, c'était le tricot.

Il s'installait dans le canapé et sortait ses grandes aiguilles et ça bataillait entre ses mains. Et plus ça bataillait et plus ça s'allongeait, s'allongeait, s'allongeait sur le sol.

Et ça devenait un tapis tout doux sur lequel je finissais par m'endormir.

- C'est la nuit.

- Tu pars?

- À la semaine prochaine.

Et Ron disparaissait dans la nuit et maman prenait le relais.

Avant de m'endormir, je repensais souvent à la journée passée avec Ron.

- C'est un garçon et il achète ELLE Magazine. Il devrait pas lire LUI Magazine ?

- Peut-être qu'il aime bien ELLE.

- Oui mais ELLE c'est pour les filles.

- Mmh.

- Maman.

- Oui ?

- La Belle au bois dormant, quand elle a traversé la forêt de ronces, elle avait quoi comme chaussures aux pieds ?

- Je sais pas, moi, regarde dans ton livre, ça doit être dessiné !

L'ÉQUIPE.



Damien Marquet - Metteur en scène/Comédien

Il se forme au plateau, notamment sous la direction de Philippe Le Louarn puis Gaele Clerivet. La participation a des stages tient également une place importante pour nourrir sa pratique: Georges Bigot, Alain Batis, Serge Ponselet, Camille Trouvé, Thierry Pillon, Delphine Hecquet, Mariette Navarro, Noémie Rosenblatt, Olivier de Sagazan... .

Il joue dans différents projets dont plusieurs créations collectives (Médée, Les 7 jours de Simon Labrosse). En 2019, il est assistant à la mise en scène pour François Parmentier (les Aphoristes) pour la création de Je te regarde d'Alexandra Badéa. En 2020, il rejoint Mélanie Vindimian et la compagnie Pois plume pour la création du spectacle Fables. De 2021 à 2023, il joue sous la direction de Thomas Jolly dans Le Dragon d'Evgueni Schwartz (Le Quai - CDN Pays de la Loire). En 2025, il rejoint la compagnie le Mouron Carré pour le spectacle Lucilo à l'adresse d'un très jeune public. Il s'intéresse à la frontière entre les disciplines et notamment à celle entre la danse et le théâtre. Passionné par la lecture à voix haute théâtralisée, il développe cette approche dans plusieurs spectacles : Zone à étendre de Mariette Nanvorra, 53°Nord, Neverland de Timothée de Fombelle. Il donne également de nombreux stages pour différents publics pour transmettre cette pratique.



Morgane Daniaud - Comédienne

Après un parcours universitaire, elle enseigne le français et le théâtre tout en continuant à se former au plateau, à jouer et à mettre en scène. En 2022, elle se professionnalise en tant qu'artiste-interprète. Elle poursuit sa formation auprès notamment de Marie-Laure Crochant, Audrey Bodiguel, Elise Chatauret et élargit ses modes d'expression à la danse et à la performance. Interprète pour différents projets, elle porte aussi ses propres créations comme Culotté.e.s, adaptation de la bande-dessinée de Pénélope Bagieu. Elle s'intéresse particulièrement à la rencontre entre les disciplines artistiques et aux liens entre théâtre et société.



L'AUTRICE.



Magali Mougel est autrice pour le théâtre, enseignante à l'Université de Strasbourg, à l'ENSATT, à l'Institut Littéraire Suisse - Haute école de Berne et rédactrice pour le Théâtre National de Strasbourg. Depuis 2011, elle est associée aux Centres de Ressources des Écritures Contemporaines - Troisième Bureau à Grenoble.

Ses précédents textes sont édités aux éditions Espaces 34 et deux de ses livres (Erwin Motor, dévotion et Suzy Stotck) ont été finalistes du Grand Prix de littérature dramatique en 2013 et 2014.

Elle pas princesse, Lui pas héros est sa première pièce publiée chez Actes Sud-Papiers.



A M I N I M A
A M I N I M A

A Minima. C'est une recherche de l'essentiel, de la précision au plateau. C'est une réflexion sur ce qui nous lie, sur ce qui nous tient ensemble. C'est chercher, encore, ce qui fait théâtre. C'est donner sa place au corps. C'est laisser ressentir et penser, donner à voir. C'est dire et faire beaucoup avec peu.

A Minima est un compagnie de théâtre créée en 2020 à Nantes par Damien Marquet.

La compagnie expérimente différentes formes de spectacle qui peuvent se décliner en deux volets.

Impliquer le corps dans l'écriture: la compagnie entame un nouveau cycle de recherche autour de la place du corps au plateau. Elle questionne la cohabitation du jeu corporel, de la danse et du texte.

Faire entendre des textes: lecture-concert, pièce sonore, lecture performance. Elle s'intéresse à différentes écritures : littéraires ou écritures dramatiques, textes contemporains ou classiques. Elle propose des univers singuliers qui mêlent jeu, poésie de la langue et laissent une grande place à l'altérité.

La compagnie est impliquée dans plusieurs dispositifs d'éducation artistiques et culturelle en établissement scolaire. Elle propose également différentes formules de stages de pratique théâtrale ouverts à tou.te.s pour partager son travail.

LA COMPAGNIE.



PARTENARIATS.

La compagnie reçoit des soutiens de :





ZONE À ÉTENDRE Spectacle hors les murs

Création 2024

Et si c'est toute une humanité qui décidait de quitter les villes pour la forêt? de redéfinir son rapport à la nature, à l'autre, à la vie en société?

Un comédien, une comédienne et les spectateurs embarqués comme des personnages, racontent et nous font vivre, avec poésie et sensibilité une utopie, l'exode d'une foule vers la forêt, un départ spontané et volontaire vers d'autres possibles.

Le spectacle est proposé dans tout type de salle, dans un dispositif bifrontal et avec une création sonore en quadriphonie.

Un texte de Mariette Navarro

Mise en scène : Damien Marquet

Jeu : Lucie Monziès et Damien Marquet

Création sonore : Pierre Aumond

Avec la participation du public

Durée : 1h05

Teaser:

<https://vimeo.com/1043923358>





IL [NOUS] AURAIT AU MOINS FALLU TENTER QUELQUE CHOSE.

création 2026-2027

Il y a elle, il y a lui. Chloé et Nicolas. Et il y a le monde autour en train de changer.

À travers les fragments de leur vie à deux, la compagnie nous propose une géographie sensible du couple d'aujourd'hui.

Les points de focus sur leur histoire sont multiples, réinterrogeant leur vécu, les points de vue, la réalité de ces moments, leurs alternatives, réinventant les possibles.

Dans cette création en cours qui interroge le couple dans le post-MeToo, il est autant question de dissection des rapports que de sensible, entremêlant théâtre et danse, passant en permanence de leur histoire, de leur intimité, à ce que nous traversons toutes et tous aujourd'hui, avec l'envie certaine de tenter quelque chose.

Conception, écriture et mise en scène: Damien Marquet

Distribution: Solenn Goix et Damien Marquet

Création Lumière: Erwan Tassel

Création sonore: Anne-Laure Lejosne

Collaboration artistique et dramaturgique : Cécile Foucaud

Durée : 50 min

Teaser:

<https://vimeo.com/1081163596>

A MINIMA
A MINIMA



CONTACT.

06 76 38 09 05

a-minima@orange.fr

compagnieaminima.fr



A MINIMA
9 RUE RENÉ GUY CADOU
44000 NANTES

SIRET: 884 260 811 00028
LICENCE: 2-PLATSV-D-2020-003523