

Détournoyement

présente

Mangez-moi !

" Pour une alimentation vivante "



Présentation de Détournoyment

Depuis 1995, le Théâtre de **Détournoyment** défriche de nouveaux territoires avec la participation des personnes des villes et des champs. De cette friction, surgissent des mythes originaux nourris des mémoires collectives, d'utopies, de réalité quotidienne : des moments de théâtre en porte-à-porte, au bord d'une voie d'eau ou le long des artères urbaines.

Détournoyment se fait le porte-voix des invisibles, engage l'expression de tou•te•s dans la Cité.

Détournoyment expérimente l'insolite, engage le public pour un détournement à choix multiples.

Nicolas GRARD, créateur de Détournoyment, s'est nourri de l'art théâtral, chorégraphique, circassien et marionnettique durant plus de 25 années.

Au contact des populations des Hauts de France, région d'ancrage et de coeur, **Nicolas GRARD** irrigue les territoires d'actions collectives qui redonne espoir et pouvoir d'agir aux personnes.

Dans le but d'ouvrir un éco-lieu, **Nicolas GRARD transmet l'outil de travail qu'est Détournoyment et se tourne vers la naturopathie.**

"J'ai passé quelques années au sein de l'hôpital public lors de mes études d'infirmier. Deux éléments m'ont marqué : les plateaux repas peu appétissants ; et les traitements, en grande majorité, symptomatiques, et non de leurs causes.

Une année de formation en naturopathie appuie ma conviction que l'alimentation est un pilier de la bonne santé. Celle-ci doit être vivante, adaptée à chacun•e, selon son mode et lieu de vie, selon les saisons, selon son budget."

Expérimentant des conférences et ateliers avec des groupes de personnes, l'alimentation vectrice de santé suscite le débat. Entre les informations contradictoires des médias et le déluge publicitaire déversé par l'industrie agro-alimentaire, les personnes ont besoin d'informations sans parti pris, de qualité et proposant des solutions simples, locales et de saison.

Mangez-moi !

" Pour une alimentation vivante "

"Que ton alimentation soit ta première médecine" disait Hippocrate (460-370 avt J.C),
Ce message est largement négligé dans la pratique médicale moderne et l'importance de l'alimentation totalement sous-évaluée. L'enjeu est clairement de passer d'une vision quantitative à une vision qualitative de la nutrition, par la connaissance des processus biologiques et chimiques de base qu'entraînent les différents types d'aliments.
Affaire de spécialistes ? Pas vraiment !

" Primum non nocere": « en premier ne pas nuire » Hippocrate

À l'heure où l'industrie agro-alimentaire tente de nous vendre ses produits ultra-transformés, ses additifs et autres édulcorants, un nombre croissant de personnes s'emparent de leur santé. Une alimentation vivante est disponible près de chez nous privilégiant des circuits courts ; il suffit de changer de paradigme, de s'ouvrir à d'autres possibles, de se détoxifier des mensonges publicitaires.

" Avant d'aller au remède, remontons aux sources du mal. " [Jean-François Marmontel](#) ; *Le Bélisaire (1767)*

Pour retrouver la santé, rien de sert de s'attaquer aux symptômes : il nous faut creuser le terrain pour chercher la cause première de nos maux. Elle est parfois multiple et dans ce cas, commençons par la plus grande et la plus urgente.

" Toutes les maladies commencent dans l'intestin " Hippocrate

Notre corps est habité, squatté par cent mille milliards de bactéries. Certaines, en symbioses, nous rendent de nombreux services ; d'autres, plus opportunistes, attendent un fléchissement des dominantes pour occuper la place : une véritable guerre se livre alors entre des bataillons, des colonies aux noms exotiques comme candida albicans, clostridia, propionibactéries... Des luttes intestines aux conséquences incommensurables puisque, non seulement notre santé physique est dépendante de la bonne marche de notre intestin, mais aussi pour nos descendant.e-s, à qui nous transmettrons notre carte d'identité bactérienne.

"La source des maladies ne doit pas être ailleurs que dans les vents et les pets"
Hippocrate

Comment allez-vous - à la selle ? La seconde partie de cette question a disparu de notre dialectique mais est toujours d'actualité. En lien avec nos bactéries-hôtes, notre intestin se doit d'avoir un fonctionnement optimal pour que notre organisme tout entier puisse être efficace. Notre - très fine - paroi intestinale, celle-là même qui filtre les nutriments issus de la digestion, a une importance capitale pour notre bonne santé. Si des brèches s'ouvrent dans celle-ci, ce sont alors des intrus qui pénètrent dans notre circulation sanguine et lymphatique, causant des dégâts considérables.

" L'homme doit harmoniser l'esprit et le corps" *Hippocrate*

" Sans la santé, point de clairvoyance morale. " [George Sand](#) ; *Le marquis de Villemer (1861)*

Une mauvaise santé intestinale alliée à une prolifération de bactéries opportunistes peut même altérer notre jugement, voire notre santé mentale. On peut même se demander si ce ne sont pas ces bactéries qui nous dominent, qui guident nos choix alimentaires et nos choix de vie !

" Un remède qui est bon pour les uns peut être funeste aux autres, il ne doit par conséquent être employé avec les premiers malades venus." [Alexandre Dumas, fils](#) ; *Antonine (1849)*

Chaque personne est différente : par son hérédité, son histoire, sa constitution, son tempérament. Il est donc primordial, non pas de calquer un remède à telle ou telle maladie, mais d'adapter, de personnaliser l'alimentation en fonction de ces critères ainsi que du climat, des saisons, du lieu de vie, de culture.

" On doit sa guérison plus souvent à la force du tempérament qu'à l'effet des remèdes. " [Gabriel Girard](#) ; *Les synonymes français (1736)*

Hippocrate a défini, le premier, quatre types de tempéraments qui influent sur notre vision du monde, sur la manière de nous ressourcer, sur nos facultés digestives.

Prendre en compte ces particularités apparaît comme essentiel dans les conseils que l'on apporte à chacun.e : le sanguin, le lymphatique, le bilieux et le nerveux n'ont pas les même facultés, les même affinités, les même interactions avec le monde extérieur.

"Le grand remède qui est toujours innocent et toujours d'un usage utile, c'est la sobriété; c'est la tempérance dans tous les plaisirs; c'est la tranquillité de l'esprit; c'est l'exercice du corps." [Fénelon](#) ; *Les aventures de Télémaque (1699)*

La tempérance, la frugalité, le "non-excès", la diversité, sont aussi des facteurs de bonne santé.

" Ne néglige pas ta santé : donne à ton corps, mais avec modération, le boire, le manger, l'exercice. La mesure que je te prescris est celle que tu ne saurais passer sans te nuire. " [Pythagore](#) ; *Les vers d'or - VIe s. av. J.-C.*

" Les lettres sont le remède aux maux profonds de la vie, elles soulagent le cœur et l'esprit." [Charles Des Guerrois](#) ; *Les pensées de l'art et de la vie (1855)*

Enfin, nos émotions, notre stress, influent aussi sur notre hygiène de vie. Les connaître, les identifier, savoir comment les gérer, les exprimer, est aussi important pour une bonne digestion et une meilleure assimilation des nutriments.

« L'Homme sait comment aller sur la lune, mais il ne sait pas réellement ce qui se passe lorsqu'il mange une biscotte » *Dr Thierry Schmidt.*

"Mangez-moi" est une monstration, une série d'éléments avérés scientifiquement, prouvant qu'une alimentation vivante est un des leviers essentiels d'une santé optimale.

"Mangez-moi" ne se veut pas un spectacle éducatif même s'il apporte de la matière, des arguments et des preuves scientifiques pour une alimentation saine et vivante.

S'alimenter sainement est un acte citoyen, un acte politique visant à la fois à préserver sa santé et celle de ses proches ;

S'alimenter sainement, c'est aussi une juste répartition des richesses : que les producteurs locaux reçoivent une rémunération à la hauteur de leur travail et de leurs engagements.

S'alimenter sainement, c'est aussi respecter la mère-terre, faire de sa vie un écosystème vertueux.

"Mangez-moi" est un spectacle interactif : les personnes assistant à la représentation sont questionnées directement, sont prises à parti, permettant un échange entre ce qui se joue sur scène et ce qui se dit dans le public.

"Mangez-moi" mêle théâtre, théâtre d'objet, musique live et installation vidéo :

- **des images** appuient mes monstrations scéniques, comme suivre le trajet de la digestion d'un aliment projeté sur un ventre, l'introduction d'une fibre optique dans l'estomac, la paroi intestinale, telle une jungle d'où des luttes intestines émergent entre différentes armées de bactéries du microbiote, filmée telle un champ de bataille.
- **des sons et ambiances** accompagnent le texte et donnent une note réaliste aux images projetées : oeufs cassés, grésillement d'huile, mélange de salade, mixeur, mâchage, croc avec les dents, déglutition, découpage...
Et aussi, ambiances des différents lieux ayant trait à l'alimentation : supermarché, marché, cuisine, restaurant, self-service....

Dans "Mangez-moi", l'univers de la publicité, présente partout sur nos écrans et nos murs, sera en contre-point puisque vantant les bienfaits de l'alimentation industrielle.

Fausses pub' : "Pour votre santé, mangez des frites et buvez du soda 5 fois par jour."

" L'abus d'aliments vivants peut provoquer l'euphorie et l'épanouissement de votre être".

Dans "Mangez-moi", le public entre et découvre un personnage qui cuisine sur scène ; dans le même temps, un écran retransmet, en plongée, ses gestes et sa préparation en direct.

Les haut-parleurs émettent les sons de découpes et de rap' à fromage, des odeurs de cuisine envahissent la salle de spectacle, du bouillon et des toasts circulent dans le public. Le spectacle peut commencer.

Pourquoi ce spectacle sur l'alimentation ?

Dans les Hauts-de-France, comme dans de nombreuses régions de France, les **indicateurs de santé sont dans le rouge** :

- Plus d'un homme sur deux en surpoids,
- Des deux premières causes de mortalité, cancers/maladies de l'appareil circulatoire, les Hauts-de-France se situent au premier rang pour la mortalité chez les hommes et les femmes,
- Depuis 2000-2007, surmortalité chez les jeunes de 15-34 ans, avec un différentiel qui ne cesse de croître,
- Le diabète de type 2 important, particulièrement chez les femmes,
- Une augmentation de la mortalité par maladie d'Alzheimer entre 2006 et 2013.

cf ARS / DIAGNOSTIC TERRITORIALISÉ DES HAUTS-DE-FRANCE - 2017

Les disparités sociales accentuent les risques d'obésité chez les enfants et jeunes adultes "Les droits fondamentaux, et notamment le droit à la santé, le droit à une alimentation adéquate et les droits de l'enfant, offrent une voie novatrice soutenant l'adoption d'une réglementation interdisant le marketing pour les produits alimentaires peu sains ciblant les enfants et l'application des recommandations en droit national." ¹

Pourtant, les acteurs de santé ne manquent pas sur les territoires de Hauts-de-France... Mais les professionnels de santé sont le plus souvent en nombre insuffisant.

"Mangez-moi" est créé afin de marquer les esprits, de susciter le débat et de provoquer des échanges sur notre alimentation quotidienne.

Afin de compléter notre proposition, **une série de conférences plus académiques, ainsi que des ateliers autour de la nutrition sont proposés en amont et/ou en aval de ce spectacle. Ces ateliers peuvent être ciblés sur des publics prioritaires où les éléments théoriques sont associés à des préparations culinaires simples, économiques et locales.**

Selon le territoire, des producteurs et des distributeurs locaux sont invités.

Des visites peuvent être organisées sur des lieux de production. Les acteurs de santé peuvent s'emparer de cette thématique pour accompagner les populations qui en ont le plus besoin.

¹ "L'impact du marketing sur les préférences alimentaires des enfants" Marine Friant-Perrot, université de Nantes; Amandine Garde, université de Liverpool - Rapport pour l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes) 15 septembre 2014

Distribution envisagée :

- Interprétation : Nicolas GRARD
- Collage Sonore : Louise BRONX
- Vidéo direct et projection : Lyne K
- Coup d'oeil mise en scène : Corinne MASIERO

Calendrier :

Résidence d'expérimentation sur la forme : 4 semaines

octobre 2020 : Picardie des Châteaux - une semaine

octobre 2020 : Ferme Dupuich - Mazingarbe -> 2 semaines

novembre 2020 : Hazebrouck > une semaine.

Résidence création : 7 semaines

Février 2021 : **écriture** - L'école Buissonnière - Montigny-en-Gohelle -> une semaine

Mars 2021 : Hazebrouck > une semaine.

Ferme Dupuich - Mazingarbe -> 2 semaines

Avril 2021 : CC Région Audruicq -> 2 semaines.

CA2BM -> 2 semaines.

Coproductions et résidences :

- Ferme Dupuich - Mazingarbe.

- CC Région Audruicq.

- CA2BM : Agglomération Montreuil-sur-mer.

- CC Malraux - Hazebrouck.

- MF Moulins - Lille.

- L'école Buissonnière - Montigny en Gohelle.

- Picardie des Châteaux

Demandes de subventions publiques :

Aide à la Création (FACAR) - Région Hauts de France 2020

Aide à la création Département du Pas-de-Calais 2021

SPEDIDAM

Aide FONPEPS - SOUTIEN EMPLOI SECTEUR FRAGILE PETIT LIEU DE DIFFUSION.

Mécénat en cours de demande au 5 mars 2020 :

Fondation Roquette

Mutualité Française

AUDIENS

LYNE K

Artiste multimédia, auteure.

LYNE K réalise des installations et objets multimédia, dans une démarche de résidence in-situ, au contact des habitants et des lieux que je rencontre; se concrétisant par des collectes de paroles et d'images.

LYNE K dessine des rapports particuliers entre poésie et vidéo, réel et imaginaire, texte et image, art et société, esthétique et technologie.

LYNE K travaille aussi en performance vidéo-live pour le spectacle vivant.

Nouvelles écritures, réalisations scéniques alternatives, contacts directs avec les publics, c'est ce champ des possibles que **LYNE K** expérimente pour « **Mangez-moi** »

- travail d'animation en direct;
- collage en mouvement;
- filmé / projeté;
- application sur téléphone mobile permettant une interactivité de l'instant;
- théâtre d'objet filmé en direct;

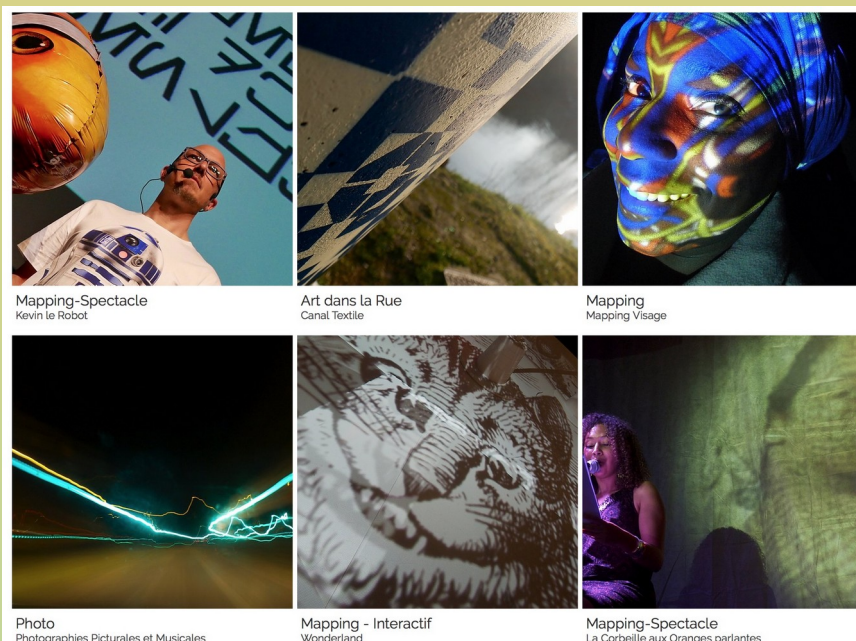
Travail sur les matières et l'architecture de projection :

Projection ciblée sur des éléments de décors, projection sur des matières plus ou moins transparentes permettant un jeu interactif.

La vidéo intègre une expérience multi-sensorielle :

le système d'imagerie, la diffusion d'odeurs dans la salle, la diffusion de musique qui accompagnent le service de chacun des sujets du spectacle. La technologie est un support au service du thème central qu'est l'alimentation.

Tout ce qu'il y a autour : la musique, les images, les odeurs, doit donner du relief au plat de résistance. » L'alimentation reste le propos.



Mapping-Spectacle
Kevin le Robot

Art dans la Rue
Canal Textile

Mapping
Mapping Visage

Photo
Photographies Picturales et Musicales

Mapping - Interactif
Wonderland

Mapping-Spectacle
La Corbelle aux Oranges parlantes

Louise BRONX

Comédienne, chanteuse, collagiste visuelle et sonore, et performeuse

Louise Bronx travaille en tant que comédienne pour de nombreuses compagnies de théâtre et de théâtre de rue : Collectif Organum, **Détournement**, Art Point M, Eolie Songe...

Elle collabore avec de nombreuses équipes artistiques, que ce soit pour:

- **concevoir des bandes sonores** de spectacles, de ciné-concerts pour La Pluie d'Oiseaux, Jean-Louis Acetone et Equipe Monaque 1, Amalgamix et bien d'autres;
- animer des ateliers de pratiques autour du collage visuel;
- mettre en musique des sets de DJ.

Louise Bronx réalise des performances en créant des personnages insolites.

Depuis quelques années, elle est partie prenante des 2 ailes, en tant que comédienne mais aussi en tant que collagiste sonore.

A l'instar de l'alimentation, les sons peuvent être appétissants ou ragoûtants, inspirants ou éprouvants.

Je vais cuisiner à partir de sons bruts et variés triés sur le volet, les préparer et en extraire le meilleur pour procurer du plaisir et du sens.

Dans la grande marmite des sons, ça va couper, craquer, picoter, frissonner, fondre, bouillir pour donner coeur et écho à cette expérimentation artistique.



Détournoyment

Collège Van der Meersch
1 avenue Maxence Van der Meersch
59100 ROUBAIX
Tel: 09 50 63 90 02
detournoyment.com

Association déclarée en préfecture du Nord
n° : W595010732

Association déclarée d'intérêt général

Licence d'entrepreneur de spectacle n° 2/136493

Contact :
Nicolas GRARD
nicolas@detournoyment.com
06 744 117 54