

DOSSIER D'ACCOMPAGNEMENT

SPECTACLE



CÔTÉ
COUR

2023/2024

CRUDA

LE SPECTACLE

Constanza est une ancienne gymnaste, douée, très douée même, mais pas assez parfaite pour être distinguée. Et pourtant elle s'en est donnée du mal, au point que son corps et sa féminité soient formatés. Avec humour et cruauté, elle nous parle de sa passion honteuse pour la nourriture, son obsession pour que son corps respecte les codes intransigeants du justaucorps, son combat permanent pour être la plus belle, la plus fine, la plus tout !

En cette année olympique, Cruda propose une réflexion sur les coulisses des compétitions, la solitude de l'athlète face au diktat de l'apparence, et comment s'en libérer.



Cruda est un spectacle à voir dès 6 ans.

Cirque contemporain

Durée : 35 minutes



LA COMPAGNIE

Collectif À Sens Unique – Le Mans (72)

À Sens Unique est né d'une cohésion de quelques étudiant·e·s à l'école de cirque de Québec.

En 2013, le collectif migre au Mans et fonde la compagnie.

En s'appuyant sur leurs différences et la variété de leurs disciplines, à coup de petites formes solo ou collectives, en joie ou en galère, ses membres ont puisé les bases de leur première création « Léger démêlé ».

Après avoir sillonné les routes à 6 avec ce spectacle, en France et à l'étranger de 2015 à 2019, le collectif s'est lancé dans la création de formes solo et duo.

Le spectacle « Mule » a ouvert le bal en 2017, suivi par « Oratorem » en 2018, puis par « Cruda » en 2020 et de nouvelles créations sont prévues pour la suite ; encore et toujours.



En parallèle le collectif crée également des projets collectifs grâce à des cartes blanches ; des cabarets comme « Merci Bonsoir » ou des médiations culturelles au Mans et partout ailleurs.



Sur internet : www.asensunique.com






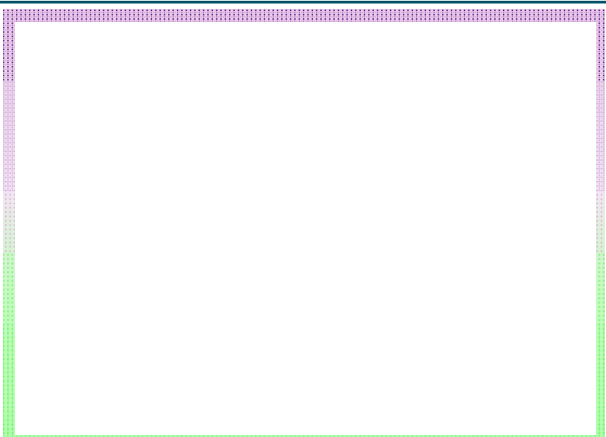
Lorsque nous accueillons les classes avant les représentations, nous donnons aux enseignants un billet pour chaque accompagnateur et un seul billet pour le groupe-classe. Cependant nous comprenons que le ticket puisse servir de « souvenir » aux enfants et vous permettre de communiquer avec les parents sur la sortie.

Nous avons donc créé ces billets que vous pouvez imprimer, compléter avec les informations de la représentation et laisser les élèves dessiner dans le cadre ce qu'ils ont vu pendant le spectacle.

	SPECTACLE : _____ _____	
	Date / Lieu : _____ _____	

	SPECTACLE : _____ _____	
	Date / Lieu : _____ _____	

	SPECTACLE : _____ _____	
	Date / Lieu : _____ _____	

	SPECTACLE : _____ _____	
	Date / Lieu : _____ _____	

BIBLIOGRAPHIE



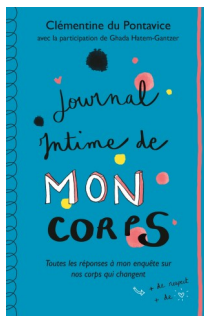
Le corps peut-il battre tous les records ?

Sophie Fromager et Yannick Robert

Éd. Gulf Stream

À partir de 6 ans

Apprends à connaître ton corps afin de bien l'entretenir. Tu apprendras que ton corps a besoin que tu manges et que tu boives ; tu apprendras que nous avons tous des capacités physiques différentes ; tu découvriras que certaines personnes sont véritablement hors normes ; tu comprendras pourquoi il n'est pas si simple de courir plus vite qu'Usain Bolt.



Journal intime de mon corps

Clémentine du Pontavice

Éd. L'école des loisirs

À partir de 8 ans

La dernière fois que je suis allée dormir chez Ondine, juste après les grandes vacances, quelque chose avait changé. Pas quelque chose d'énorme, genre qui te saute à la figure mais quelque chose d'imperceptible. Son corps « décidait des choses et elle devait faire avec » m'a-t-elle dit un peu sèchement. J'étais bien décidée à mener mon enquête sur ce corps qui change et qui s'appelle la puberté.



Comment bien vivre avec son corps

Marie Bertherat

Éd. Albin Michel Jeunesse

À partir de 7 ans

Tu as des crampes ? Tu n'aimes pas beaucoup ton corps ? Tu le trouves un peu encombrant ? Tu n'as pas d'équilibre ? Les autres ont l'air plus à l'aise que toi ? Tu as souvent envie de pleurer ? Tu as du mal à t'endormir ? Pas de panique ! Même si ce n'est pas facile de vivre tous les jours avec, ton corps est mieux équipé que tu ne le penses. Tu trouveras dans ce livre les explications à ces maux ou tracas qui te compliquent la vie, et surtout plein de conseils malins pour les éviter ou t'en débarrasser. Alors à toi de jouer !

BIBLIOGRAPHIE



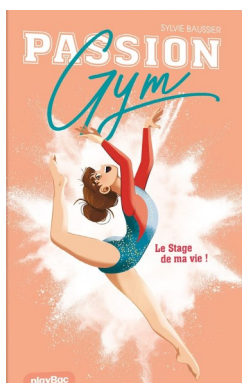
Dis, comment fonctionne mon corps ?

Sophie Ducharme et Magali Attiogbé

Éd. De La Martinière Jeunesse

À partir de 6 ans

Sont ici expliqués des gestes qu'on fait quotidiennement, des parties de son corps qu'on utilise à chaque instant sans même s'en rendre compte, des réflexes qu'on n'imaginaient pas aussi vitaux. Comment ça marche, à quoi ça sert ? Le corps est une machine merveilleuse, mais aussi incroyablement complexe, où tout a sa place, tout a son rôle, et ce livre va vous le prouver.



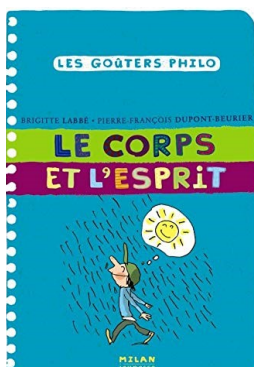
Passion gym (Série)

Sylvie Baussier

Éd. PLayerBac

À partir de 8 ans

Passion Gym : solidarité, entraînement et compétition ! Margot rêve de marcher dans les pas de sa tante Anne qui va participer aux JO de gymnastique artistique. Mais est-elle assez passionnée pour suivre cette voie ? Et comment choisir son agrès de prédilection ? Un seul moyen de le découvrir : s'inscrire au stage du club Gym Avenir. La rencontre avec d'autres gymnastes va l'encourager à se donner à fond en alliant les belles valeurs de la gym : respect, engagement, solidarité et surtout... plaisir ! En bonus : des fiches techniques pour en savoir plus sur la discipline.



Le corps et l'esprit

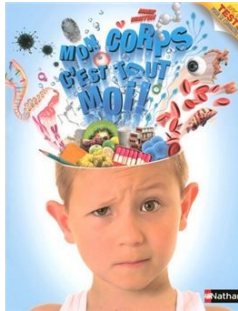
Brigitte Labbé et Pierre-François Dupont-Berrier

Éd. Milan

À partir de 7 ans

Le Corps et l'Esprit, un livre de la collection « Goûter Philo » pour réfléchir sur ce que sont, philosophiquement, ces deux notions.

BIBLIOGRAPHIE



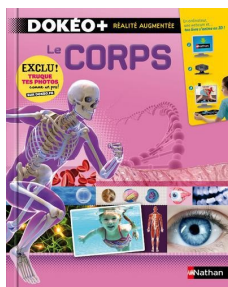
Mon corps, c'est tout pour moi

Robert Winston

Éd. Nathan

À partir de 6 ans

4 grandes pistes de découverte : En quoi suis-je fait ? pour connaître les ingrédients : cellules, os, muscles, nerfs... Unique, moi, pourquoi ? pour comprendre le rôle des gènes et notre singularité. Comment marche mon cerveau ? pour démonter ce véritable ordinateur où siègent idées, émotions et mémoire. Quelle personne suis-je ? pour mieux apprivoiser sa personnalité : introverti ou extraverti ? Lève-tôt ou couche-tard ? Peur de tout ou casse-cou ?



Le corps en action

Richard Walker

Éd. Nathan

À partir de 6 ans

À la découverte du corps. Ses mécanismes, ses performances, le tout avec des animations en réalité augmentée : les muscles et les os en mouvement, le cœur qui bat, l'œil, le cerveau.



Une fille en or

Philippe Nessmann

Éd. Flammarion Jeunesse

À partir de 9 ans

1928, États-Unis. Betty Robinson, jeune lycéenne, est repérée par un entraîneur et commence l'athlétisme. Sa vitesse et sa détermination vont avoir raison des préjugés sur la compétition féminine et permettront à Betty de marquer l'histoire des Jeux olympiques.





CÔTÉ COUR

Scène d'intérêt national, conventionnée Art, enfance, jeunesse

14, rue Violet

25000 Besançon

03.81.25.06.39

Contacts

Cyril Devesa, directeur

cdevesa@cotecour.fr

Catherine Nozet, administratrice

cnozet@cotecour.fr

Delphine Dupland, responsable du secteur financier

ddupland@cotecour.fr

Camille Maréchal, assistante administrative

cmarechal@cotecour.fr

Romane Pousset-Berger, attachée aux relations publiques et compagnies

rpoussetberger@cotecour.fr

Benjamin Durieux, attaché à l'éducation artistique

bdurieux@cotecour.fr

Jessica Scaranello, attaché à l'éducation artistique

jscaranello@cotecour.fr

www.cotecour.fr