

Un autre regard sur le monde

Leurs Nuits blanches

de et mis en scène par **Cindy Girard & Lyès Mussati**

SPECTACLE PARTICIPATIF



Rapport des jeunes au sommeil

Retard de phase – Insomnie – Ecrans & réseaux sociaux

Consommations de drogues & boissons énergétiques

La Mécanique de l'Instant

Direction artistique : **Lyès Mussati & Cindy Girard**

3, impasse du Bel-Air - 94110 Arcueil

06 69 39 79 89 - contact@mecaniquedelinstant.com

www.mecaniquedelinstant.com

SOMMAIRE

LE SPECTACLE	2
L'histoire	2
Les thèmes abordés dans la partie improvisée	2
LA TECHNIQUE.....	3
La durée de notre prestation	3
L'équipe artistique	3
Le public.....	3
L'espace.....	3
L'électricité	3
Le temps d'installation	3



LE SPECTACLE

Les jeunes ont toujours eu un rapport particulier au sommeil.

Moment privilégié, de retrouvaille avec soi-même.

Moment d'angoisse, où les craintes se révèlent.

Quelles relations entretiennent-ils avec lui ?

Quelles sont leurs stratégies pour le retarder ou lui échapper ?



L'HISTOIRE

Sirius est un jeune de 15 ans. Ses parents ont récemment divorcé, et sont souvent en conflit. Ils le poussent dans ses études, l'étouffent d'activités et contrôlent ses notes.

Il s'endort de plus en plus difficilement (il est nerveux, joue à l'ordinateur, reste sur son portable...) au point qu'il lui arrive de somnoler en classe. C'en est trop pour un de ses professeurs qui convoque ses parents.

Sa mère l'inscrit alors au club cinéma du samedi matin, où il, selon elle, côtoiera de bons élèves. Il y rencontre Vesper, dont les parents – à l'inverse de ceux de Sirius - sont « présents-absents ».

A travers des scènes muettes qui jalonnent la pièce, on voit les rituels des deux adolescents :

Vesper mange quand elle veut, sort la nuit s'acheter le cannabis dont elle a besoin pour dormir, organise sa « vie sociale » la nuit (soirées, tchat...), se gave de boissons énergétiques pour avoir la pêche toute la journée (entraînant une légère propension à l'hyperactivité).

Sirius, malgré sa mère sur le dos, passe ses soirées (et ses nuits) à regarder des films, grignoter, jouer en ligne avec des internautes demeurant dans des pays lointains.

Une complicité va naître entre eux, alimentée notamment par des discussions nocturnes via leurs objets connectés. Ils se révèlent l'un à l'autre sous un visage différent de celui qu'ils ont la journée.

La fatigue, le manque de sommeil et les émotions de cette relation nouvelle, vont finir par submerger Sirius. Il craque à l'atelier cinéma. Quelque temps plus tard, il insulte un professeur, avant de s'enfuir. Vesper le retrouve, essaye de le raisonner, mais n'y parvient pas. Des paroles très dures sont échangées. Désespérée et blessée, elle le laisse seul, avec son mal-être et sa douleur.



LES THÈMES ABORDÉS DANS LA PARTIE IMPROVISÉE

- Repérer les symptômes du manque de sommeil ;
- Comprendre les mécanismes des dysfonctionnements ;
- Chercher de l'aide dans son entourage ;
- Trouver les personnes relais susceptibles d'aider nos personnages.

LA TECHNIQUE

Nos spectacles sont élaborés avec une grande exigence artistique.

Voici les indications techniques qui accompagnent la mise en place de nos représentations.

Nous restons à votre entière disposition pour tout renseignement supplémentaire.



LA DURÉE DE NOTRE PRESTATION

La séance dure environ 1h30 : spectacle (45min), débat et forum (45min).

L'ÉQUIPE ARTISTIQUE

5 comédiens dont 1 meneur de jeu.

LE PUBLIC

Tous publics à partir dès 11 ans.

Pour une qualité optimum de la séance, nous recommandons la jauge suivante :

- 60 à 90 spectateurs en primaire
- 120 spectateurs en lycée
- 90 spectateurs en collège
- pas de limite en tous publics

L'ESPACE

Notre espace de jeu s'étend sur 7mx5m.

Les spectateurs sont installés sur ses trois côtés.

Nous conseillons un espace minimum de 15x10m pour une hauteur minimum de 2,5m.



L'ÉLECTRICITÉ

Notre spectacle nécessite la présence de 3 prises électriques de 220 volts.

LE TEMPS D'INSTALLATION

L'équipe artistique arrive environ 2 heures avant la représentation.