

**Juste Avant la Nuit**  
*Présente*



# MES HEROÏNES

**Héloïse MARTIN**

**Mise en scène de Pauline KLEIN**

*Petites histoires vraies*

**Théâtre - 1h20**

**Une galerie de personnages cocasses et touchants, un voyage au cœur des femmes**

« Je rencontre des femmes depuis presque deux ans, maintenant. Imprégnée de leurs histoires et de leurs mots, de leurs voix et de leurs chairs, comme une éponge, je cherche ce qui nous réunit, toutes, nous les femmes, l'universalité qui se niche au cœur de chaque récit singulier. »

Le spectacle évoque les silhouettes de femmes rencontrées et interviewées par la comédienne. Du documentaire au théâtre de l'intime, il raconte les petites histoires normales de personnes anonymes, bouleversantes et les fait entrer en résonance.


A travers un ton volontairement léger et anecdotique et un humour subtil, se révèlent sous la surface lisse du "tout va bien", des situations banalement tragiques. On rit, on s'identifie, on pleure et on admire ces femmes, si normalement courageuses.

Evoquées par une narratrice, les différentes héroïnes s'esquissent, s'expriment, et s'impriment peu à peu, pour la faire disparaître, ou renaître peut-être.

L'objet de notre recherche a été de créer une unité d'intimité à travers ces différents personnages : faire émerger l'universel de l'anecdote, et pour cela faire apparaître l'endroit de résonance profonde de ces « petites » histoires avec la sensibilité de celle qui en avait été la destinataire : faire voir le voyage de catharsis et la transformation émancipatrice vécue par la narratrice à travers tous ces récits.

Pour cela, le travail de la lumière, des costumes et du son s'est tissé intimement avec le jeu et la mise en scène. Le costume, créé par Cécile Pelletier, peau caméléon, se transforme tout au long du spectacle et accompagne les différentes mues de la comédienne. La création sonore accompagne ce voyage intérieur au contact de toutes les voix entendues : fragmentation, écho, distorsion, le travail de Julia Suero crée une texture intime, profonde et dérangeante. Les lumières de Marion Hennenfent architecturent l'espace et l'esthétise, en construisant un cocon de beauté à l'ensemble du spectacle.





Le spectacle peut être présenté en format léger de 20mns, contenant 2 monologues, et pouvant être joué n'importe où (médiathèques, centres sociaux...)

Des actions de médiations sont proposées également autour du spectacle, en partenariat avec les lieux d'accueil.

Voir la Bande-annonce :  
<https://www.youtube.com/watch?v=Kako02WywpE>

Texte, conception et interprétation :  
**Héloïse Martin**

Mise en scène :  
**Pauline Klein**

Mise en son et en lumières :  
**Marion Hennenfent**

Costumes :  
**Cécile Pelletier**

Création sonore :  
**Julia Suero**

**Durée : 1h20**



**Production** : Juste avant la Nuit, avec le soutien du département de la Charente Maritime, du Carré Amelot, Espace Culturel de la Ville de La Rochelle, des villes d'Aytré, Puilboreau et La Rochelle et du Collectif Actions Solidaires

**Héloïse MARTIN** est une comédienne, metteuse en scène et autrice, installée à La Rochelle depuis 2014. A travers ses créations elle développe une façon de procéder mêlant recherche, explorations, expérimentations et création tout ensemble : « Ecrire Debout ». Artiste de scène, elle va chercher au plateau l'inspiration et la vitalité pour impulser ses textes ou ses mises en scènes, qu'elle nourrit ensuite en allant chercher la matière dans le monde réel, en développant des actions de médiation et en collectant des témoignages.

Chaussant les bottines d'Isménie, elle connaît ses premiers frissons sur scène à 15 ans, au sein d'une troupe - la Trappe (Orsay 91) - elle parcourt toute la France et aussi un peu de l'Allemagne, de festival en festival avec Labiche ("Mon Isménie"), Molière ("George Dandin") et Queneau ("Exercices de Style"). Impossible imaginer vivre autrement, elle sera saltimbanque ! A 19 ans, elle décide de suivre une formation complète et plus académique : école du comédien (Studio Alain de Bock et Conservatoire du Xè) et université (Licence Etudes Théâtrales à la Sorbonne Nouvelle). Pendant ses études, elle met en scène "Victor ou les enfants au pouvoir " de R. Vitrac, et "l'Aide-Mémoire" de J.-C. Carrière et joue dans « Pour un Oui ou pour un non ».

C'est ainsi qu'à 22 ans, elle rencontre le metteur en scène Philippe Ferran, qui l'engage comme assistante à la mise en scène sur son projet gargantuesque "Molière ou l'obsession de la sincérité" (trois pièces, 20 comédiens, 6 heures de spectacle). Commence alors une grande aventure : ensemble, ils dirigeront la compagnie Pleins Feux pendant 6 ans. Jeu, mise en scène, écriture et recherche, formation... Héloïse Martin se démultiplie pour son plus grand bonheur. Au cours de cette période, elle écrit et met en scène "Estelle", un seule en scène, met en scène "Voix Secrètes" de Joe Penhall, "Chroniques amoureuses", d'après Durringer, et joue dans "Feydeau les Bains" d'après Feydeau au Lucernaire, "La Règle du Jeu" de Renoir au Théâtre du Trianon et "Cinq Filles couleur pêche" au Théâtre Clavel et au Festival d'Avignon.

En 2008 elle rejoint Carabistouilles et Cie, au sein de laquelle elle écrit ("La Baba Yaga", "L'Odyssée de Monsieur personne"), joue ("La Baba Yaga", "L'Odyssée de Monsieur personne", « On purge Bébé ! », « Dans la Gueule du Loup »), met en scène ("Un tramway..." d'après T. Williams, « Enfablées ! Le Monde Merveilleux des Fables de La Fontaine), forme (Le Labo Théâtre – ateliers de pratique artistique, de recherche et de création) etc.

Elle continue tout au long de son parcours à multiplier formations continues et rencontres au plateau : clown, jeu masqué... elle s'intéresse à tous les codes de jeu les plus burlesques.

Elle vient habiter La Rochelle en 2014 et se consacre de plus en plus à l'écriture avec un roman pour enfants « Des Mulots dans le métro », la réécriture de « Barbe-Bleue » pour la scène, l'écriture et la réalisation de fictions sonores et développe une recherche artistique à partir de l'écriture au plateau.

En 2018 elle crée « Dans la Gueule du Loup », un jeune public sur la difficulté à être libre et vivre sa vie à travers la figure du Loup et nourrie des témoignages et rencontres d'enfants. En 2021, elle crée « Mes Héroïnes », spectacle « écrit debout » à partir des témoignages de femmes recueillis dans le cadre des « Mots d'Elles », une action de médiation et de création en direction des femmes menée de 2018 à 2021 à La Rochelle.

En 2022, elle rencontre Camille Juhel qui lui confie la mise en scène de son spectacle « Conversations Fantômes », et crée avec l'artiste sonore Julia Suero un projet de capsules sonores « Ma tête en cage ».

Elle accompagne actuellement à l'écriture et à la mise en scène Catherine Rouzeau dans son spectacle « Les Vieux faudrait les tuer à la naissance ».

**COMPAGNIE JUSTE AVANT LA NUIT - 24 rue de la Muse, 17000 LA ROCHELLE**  
**<https://www.compagniejusteavantlanuit.com>**  
SIRET : 440 317 675 00054

**CONTACT DIFFUSION :**  
Véronique CHELLIT - 06 64 51 76 35  
[justeavantlanuit.cie@gmail.com](mailto:justeavantlanuit.cie@gmail.com)

**CONTACT PRODUCTION :**  
06 71 60 68 91  
[cie.justeavantlanuit@gmail.com](mailto:cie.justeavantlanuit@gmail.com)