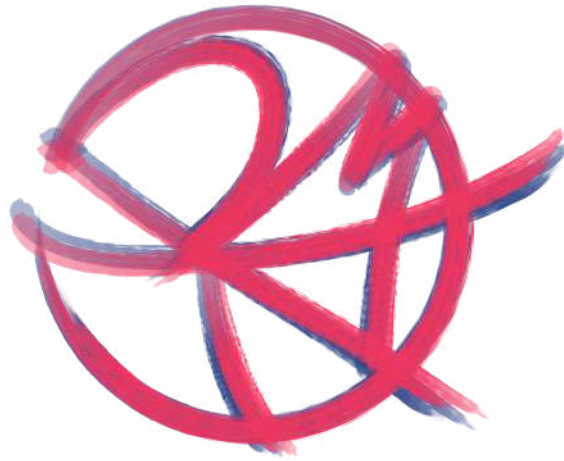


C'EST L'HEURE !!...

Fermer la porte au JOUR pour entrer dans la NUIT

Création 2026



O TOM PO TOM
SPECTACLE
LE VIVANT

PROJET DE TERRITOIRE

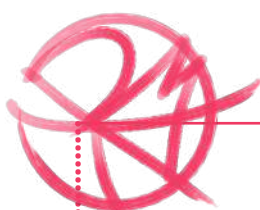
Médiation
&
Théâtre-Forum

Un projet de territoire et de lien



C'est l'heure !!... se construit comme un **projet fédérateur** reliant écoles, familles, artistes, acteurs locaux et lieux culturels, autour d'une expérience artistique commune et d'une réflexion collective sur le sommeil, le lien, le corps et la parole.

C'est l'heure !!... fait partie d'un cycle de recherche autour du **sommeil** entamé par la compagnie en 2020, qui s'adresse aux enfants de 3 à 11 ans.



Pour accepter la nuit, l'adulte cherche parfois ses propres rituels pour se dévêtir des peaux qui se sont déposées une à une pendant la journée. Mais l'enfant ?

Comment fait-il ?

Quand le noir devient peur, quand les ténèbres se font chair et que l'enfant dépose sa journée aux pieds de la NUIT...

Combien de temps faut-il ?

Ce cycle a fait l'objet d'**ateliers associés à des temps de collectage** de la parole des enfants et des adultes dans 25 classes et 1 centre socio-culturel, qui ont fait l'objet de **restitutions collectives et participatives**.

Il a ensuite donné naissance :

- au spectacle "**BÂILLE-BÂILLE**" (Histoires à dormir debout) en 2023 avec une esthétique hybride de **conte théâtralisé et musical**

🌀 Le coucher raconté par deux mamans qui racontent comment un enfant refuse gentiment (mais fermement !) d'aller se coucher sans une histoire... et puis encore une autre... et encore une autre...

- au spectacle "**C'EST L'HEURE !!...**" (Fermer la porte au jour pour entrer dans la nuit) fin 2026 qui entremêle cette fois **théâtre, danse, musique et burlesque**

🌀 Le coucher vu à travers les yeux de deux enfants dont le trajet vers leur chambre n'est pas direct, ni tout droit...

En 2026 le spectacle C'EST L'HEURE !!... donne naissance :

- À un LIVRE adapté du spectacle
- À un ALBUM tiré de la bande originale du spectacle



Cette création est l'occasion d'imaginer **de nouveaux parcours de médiation** incluant

- des ateliers pluridisciplinaires (cycles 1, 2, 3)
- des saynètes de théâtre-forum **par** et/ou **pour** les habitants

L'adulte devenu parent apprend à accompagner ce passage...

Ou pas : y a-t-il **un mode d'emploi** ?

Et l'enfant ? Peut-il donner ses "petits trucs" aux autres enfants de sa classe, de son groupe ? Comment est-ce qu'on va se coucher, chez lui ? Quelle est l'excuse la plus farfelue qui a marché pour retarder l'heure du coucher ?

QUI a déjà trouvé le bouton ON / OFF ?
Qui donne le PASS pour L'ESPACE du rêve ?



C'est l'heure !!... est donc un projet de territoire qui évolue avec des axes de transmission, d'échanges et d'approfondissement des thématiques intrinsèques au spectacle éponyme : l'endormissement, la nécessité (ou absence) de rituels du coucher, nos peurs, nos terreurs, et le lâcher-prise nécessaire - parfois inaccessible - pour certains.



Ateliers de pratique artistique et **théâtre-forum** ont pour objectif commun de *réfléchir*, expérimenter, *apprendre*, échanger, *construire*, partager, *regarder différemment*

de manière collective, impliquée et participative,

tout en trouvant sa place d'individu au sein de la cité.

Les parcours d'ateliers

Thématiques et disciplines

Les trois intervenants sont les deux créatrices et le compositeur du spectacle : Julia Douny Guyot, Cécile Knibiehly Porterfield et Wilfrid Schopp.

Ils sont tous pédagogues et diplômés, et partagent leurs savoir-faire et leur univers en connectant ateliers et spectacle.



L'originalité du spectacle **C'est l'heure !!...** réside dans une esthétique hybride qui entremêle étroitement trois disciplines artistiques : le théâtre, le mouvement dansé et la musique, que l'on retrouve dans les ateliers "**On se raconte**" avec **Julia Douny Guyot**.



Cécile Knibiehly Porterfield sait fabriquer **des marionnettes et des décors** : l'occasion de créer deux ateliers :

1. "**Fabrique ton monstre**" en matériaux recyclés
- &
2. "**Où est le monstre ?**" : la création de saynètes théâtralisées prises en photo pour mettre en scène son monstre qui joue à cache-cache dans la chambre



Sur le même principe, on pourra jouer à "**Où est doudou ?**"

Ces ateliers pourront faire l'objet d'une **EXPOSITION in situ** dans l'école (ou ailleurs) mise en scène par les enfants qui joueront ainsi aux commissaires d'exposition.

Ils pourront exposer :

- leur monstre
- les photos des saynètes mettant en scène leur monstre / leur doudou



Ces photos pourront être retouchées en post-production par Julien Guyot pour apporter aussi un peu de magie ✨



Tous les ateliers sont l'occasion d'**un travail collectif, participatif et individuel sur la parole, le corps et les émotions**.



Pour le cycle 1, les enfants pourront participer à des ateliers d'**éveil musical** avec Wilfrid Schopp, titulaire d'un DUMI (CFMI de Poitiers - spécialité petite enfance).

Pour les cycles 1 à 3, la **bande originale du spectacle** pourra aussi servir de support de médiation et de création pour ces ateliers musique et expression.

● Les parcours d'ateliers sont à **co-construire** selon l'âge des élèves, leurs besoins, la spécificité de chaque classe, les souhaits de l'équipe pédagogique, et la finalité envisagée (nature de la restitution).

Durée : 45 minutes (cycle 1) | 1 heure ou 1h30 (cycles 2 et 3)

Exemples - cas pratique

Cette restitution peut prendre différentes formes : **spectacle, mise en voix, exposition, illustration sonore d'une histoire...**

Elle est conditionnée par le nombre de séances, le temps passé avec les élèves, leur âge, et la continuité du travail en classe effectué par l'enseignant.e.

Cette restitution a lieu sous la direction des créatrices du spectacle et / ou celle de Wilfrid Schopp pour le parcours musical.

Après la restitution, un temps d'échange en présence des adultes et des enfants est encouragé (cycles 2 et 3), mais peut aussi avoir lieu dans un second temps à inventer (type café des parents...)

Cas pratique n°1 : 1 classe (ou 1 groupe) | Parcours de 4 séances ou + | Conte, collectage, expression corporelle et émotions | cycles 1, 2 et 3 | par Julia Douny Guyot

- Séance 1 : une histoire en lien avec la thématique est racontée par l'artiste, et sert de support à la prise de parole et à la verbalisation des peurs, des rituels de coucher, etc. de l'enfant
- Séances suivantes : approche des thématiques par le corps, la musique et les émotions. Théâtralisation collective de l'histoire "Comment sont nées les étoiles". Travail en "choeur" et mini-chorégraphies dans l'espace (travail sur la représentation du corps et sa spatialisation pour le cycle 1 ; apprentissage d'un court enchaînement dansé pour les cycles 2 et 3)
- Dernière séance : répétition de la restitution qui aura lieu à la fin de la dernière journée.

Cas pratique n°2 : 1 classe (ou 1 groupe) | Parcours de 3 séances ou + | Éveil musical | cycle 1 et 2 | par Wilfrid Schopp

Illustration d'une histoire (bibliographie fournie par la compagnie sur demande) sous forme de "paysages sonores"

- Séance 1 : Écoute le silence, (re)découvre les sons ambiants (classe, école, nature...). Prenons le temps d'écouter le monde et de découvrir ce qu'il a à nous dire. Mais également de s'écouter, nous.
- Séance 2 : Explore les instruments et les corps sonores. Ils sont là, à disposition, et nous allons les gratter, les frotter, les frapper, souffler dedans, dessous, dessus...

Joue avec les sons, la couleur des sons, le toucher des sons : Pourquoi celui-ci me plaît ? Pourquoi celui-là non ? Sens, sensations et sentiments, sans dessus-dessous, se révèlent par les sons.

- Séance 3 : Construis un imaginaire à sons. Et si on construisait un paysage sonore pour illustrer une histoire, si on la saupoudrait de chansons ? (à partir des chansons du spectacle)



C'est également l'histoire que nous avons écrite, adaptée du spectacle, qui peut être choisie par l'enseignant.e

Cas pratique n°3 : 1 classe (ou 1 groupe) | Parcours de 8 séances ou + | cycles 1, 2 et 3 | par Cécile et Julia

en combinant le cas pratique n°1 + les ateliers "Fabrique ton monstre" et "Où est le monstre ?" (ou bien "Où est doudou ?") Dans ce cas, la restitution imaginée fédère les différentes classes ou les différents groups qui auront effectué les parcours d'ateliers.

Cas pratique n°4 : 1 classe (ou 1 groupe) | Parcours de 4 séances ou + | Saynètes de théâtre-forum | cycle 3 (1H30) | par Julia Douny Guyot

- Séances 1 à 3 :
 - Découverte du théâtre-forum par la théorie et la pratique.
 - Collectage et écriture : une histoire en lien avec le sommeil est racontée par l'artiste, et sert de support à la prise de parole et à la verbalisation des rituels de coucher de chacun.
 - Les enfants découvrent aussi l'outil "Paroles de Vie" à partir de symboles d'origine d'Afrique de l'Ouest qui servent également d'inducteurs de parole.

- Des thématiques sont ainsi dégagées, et des situations amenant une problématique sont listées.

- Séances suivantes : jeu, mise en voix, impros et saynètes à inventer et à mettre en scène. Une liste de pistes d'impro possibles apportant de potentielles solutions aux problématiques de chaque saynète sont listées.
- Dernière séance : répétition de toutes les saynètes et préparation de la séance de restitution



À noter : tous ces parcours et cas pratiques sont combinables.



ZOOM sur : le théâtre-forum (ou débat théâtral)

Utiliser le théâtre pour débattre d'un sujet

- *“Y a-t-il une recette, un philtre (à part le LEXOMIL), une potion, un mot magique pour que l'enfant accepte d'aller se coucher ?” se demandent les parents.*
- *“Pourquoi le sommeil il vient pas...” se demandent les enfants.*

On en parle justement dans les séances de théâtre-forum qui aborde toutes les thématiques de C'est l'heure !!...

Dans le cas des parcours de médiation **à l'école**, ces saynètes sont écrites à partir de la parole des enfants (cycle 3) et interprétées par eux-mêmes, accompagnés par l'artiste.

Dans le cas d'ateliers dans d'autres structures (**centre socio-culturel, maison de quartier, association de soutien à la parentalité ou autre cadre dédié**) ces saynètes sont écrites par l'artiste, à partir de la parole des habitants (adultes) et seront interprétées dans un second temps :

- par les comédiens de la compagnie
OU
- par les habitants (avec l'artiste en “joker” ou “meneur de jeu”)

POUR les publics de ces structures, lors d'une ou plusieurs séances venant ainsi conclure les ateliers.

Quelques bases de réflexion issues de collectages précédents (adultes) :

- Mon fils se couche tard, y'a rien à faire, à 21h00 il dort toujours pas
- Il a besoin du téléphone pour s'endormir
- Moi c'est pas grave si mon enfant se couche plus tard, il rattrapera ce week-end
- Je me sens jugé.e : par l'institutrice de mon enfant / par ma mère / par les autres parents
- Pourquoi les enfants des autres vont dormir sans problème ? Pourquoi pas le mien ? Qu'est-ce que j'ai fait ? Qu'est-ce que j'ai pas fait ? Qu'est-ce que je peux faire de plus? Pourquoi son frère allait dormir sans problème ?
- Je suis épuisé.e ; j'en peux plus
- Ma fille ne dort pas la nuit
- Moi ça fait 8 ans que je ne dors pas avant minuit. Alors je rattrape le matin, c'est pas moi qui l'accompagne à l'école.
- Il se réveille / il fait des terreurs nocturnes / il fait des cauchemars
- Mon enfant ne se calme que si je lui montre un épisode de dessin animé. Un épisode c'est rapide, c'est 10 minutes
- Mon enfant s'endort uniquement devant la télé
- Mon enfant ne s'endort qu'avec moi / Mon enfant refuse de dormir seul
- Mon enfant est fatigué, alors qu'il dort la nuit
- Ma fille choisit toujours le moment du coucher pour me raconter sa journée
- Nous on lit plein de livres avant d'aller dormir
- Mon enfant n'aime pas les livres, il préfère jouer avant d'aller dormir
- Mon fils dit qu'il n'aime pas dormir

Et du côté des enfants...

J'arrive pas à dormir...

J'ai pas sommeil / le sommeil il vient pas...

J'ai peur du noir / j'ai peur de la nuit

Moi j'ai pas peur du noir. J'ai juste une guirlande...

J'ai un, deux, trois, quatre... doudous mais j'ai qu'un seul doudou chiffon. Et une veilleuse.

Moi la nuit j'entends des bruits et ça m'empêche de dormir.

Moi quand je me couche j'ai trop de choses dans ma tête.

Moi je me demande si je vais me réveiller le lendemain, si je serais pas morte.

Un bon petit foot et après je dors !

Je peux m'endormir qu'avec des vidéos d'ASMR sur Youtube, je m'endors avec c'est obligé.

(Moi aussi ! Moi aussi !...)

Moi je suis insomniaque, je suis obligé de prendre des médicaments pour dormir.

J'ai des petits trucs pour pouvoir dormir.

Le réchauffement climatique ça m'empêche de dormir. La planète elle va mal et les adultes ils font rien.

Moi je dors pas avant minuit, avec mes parents c'est la guerre mais j'y peux rien j'y arrive pas, ils peuvent pas me forcer de toute façon.

Qu'est-ce que le théâtre-forum ?

“Le théâtre-forum ne peut trouver sa pleine utilité que dans son utilisation massive.”

“Assez du théâtre qui ne fait qu'interpréter la réalité : il faut la transformer !”

Augusto BOAL

Il s'agit d'utiliser le théâtre comme un outil pour **réfléchir ensemble autour d'une situation problématique**. Avec le débat théâtral (ou théâtre forum), nous questionnons les spectateurs. Les réponses viennent du public et le débat a lieu sur scène.

Le théâtre peut devenir ainsi un outil de prévention et de pédagogie participative.

Créée et développée par **Augusto Boal** à travers sa pratique théâtrale au Brésil en réaction à la dictature, puis au cours de son exil en Europe, le théâtre-forum est une forme de **théâtre interactif** dans laquelle le public devient **“spect-acteur”** des saynètes auxquelles il assiste. Il mobilise son pouvoir d'agir de façon concrète pour modifier le cours des choses dont il a d'abord été témoin.

Julia Douny Guyot a été l'élève de Bernard Grosjean à l'université en 2002 et 2003 (Institut d'Etudes Théâtrales Paris 3 - Sorbonne Nouvelle). Après avoir fait partie des premiers groupes de travail avec Augusto Boal au Théâtre de l'Opprimé, Bernard Grosjean a créé la [Compagnie Entrées de Jeu](#) que Julia a rejointe. Elle a également travaillé avec la [Compagnie Art-K](#).

Déroulé d'une séance de théâtre-forum

Une courte pièce de 20 à 30 minutes présente différentes situations problématiques sur un thème donné. Les situations sont ensuite jouées une deuxième fois. Le spectateur peut alors interrompre le jeu à tout moment, pour expérimenter une proposition de changement sur scène en remplaçant ou en ajoutant le personnage de son choix.

Le théâtre-forum est animé par un meneur de jeu, ou “joker”. Il fait le lien entre la scène et la salle, favorise l'expression des différents points de vue de chacun, et garantit la déontologie du débat.

Objectifs et finalités

Mettre à distance les situations vécues : les enfants comme les adultes “jouent” à être quelqu'un d'autre / ou bien voit sur l'espace de la scène une situation qu'ils connaissent par coeur.

Utiliser la fiction pour dédramatiser et observer autrement des situations réelles, parfois sensibles ou conflictuelles.

Libérer la parole.

Favoriser l'expression du public, notamment sur des sujets difficiles ou peu abordés : on nous demande rarement notre avis, et on prend rarement la parole...

Faire émerger une pluralité de points de vue : chaque séance est très riche.

Garantir un espace où différentes perceptions peuvent être exprimées, questionnées et relativisées : c'est le travail du meneur du jeu, ou "joker", qui fait l'interface entre l'espace de la scène, et celui des spectateurs.

Expérimenter des alternatives concrètes : on peut venir jouer sa solution sur scène et voir ce qu'elle entraîne !

Tester sur scène des réponses possibles à des situations problématiques plutôt que rester dans un débat théorique.

Développer la réflexion collective

Utiliser le jeu théâtral comme outil d'analyse partagée et de compréhension de situations complexes, sans simplisme ni manichéisme.

Renforcer - et faire prendre conscience pour certains dans un premier temps - de notre pouvoir d'agir.

Passer du statut de spectateur à celui d'acteur ou « spect-acteur », capable d'imaginer et d'essayer des modes d'action.



Le débat théâtral est ainsi pensé comme un outil d'intervention sociale, éducative ou citoyenne autour de questions de société.



La Compagnie O Tom Po Tom

Créée en 2017 à La Rochelle et implantée en quartier prioritaire, la Compagnie O Tom Po Tom se construit comme un espace de création, de transmission, d'accompagnement et de rencontres des artistes et des publics.

Par-dessus tout, elle se définit comme un espace de LIEN.

Elle a au cœur et au corps la volonté de jouer partout et pour tous, du tout-petit à l'adulte.

Elle puise dans les racines latines du mot "divertir" (divertere) : se détourner de notre quotidien le temps d'une étoile, d'un éclat de rire ou d'un sanglot libérateur.

Les projets artistiques entrelacent théâtre, conte, danse et musique et prennent la forme de spectacles, de théâtre-forum, de visites insolites, d'impromptus, ou de projets sur mesure à imaginer et à construire ensemble.

Ils se nourrissent de l'univers et de la poésie de chacun des artistes et se structurent autour de quatre verbes-piliers : JOUER | CONTER | RELIER | TRANSMETTRE.

"O Tom Po Tom" signifie "Petit à petit, et chaque chose en ce temps." Car il faut du temps pour créer, construire, se rencontrer, interroger, prendre conscience, avoir confiance et donner la parole. Il faut du temps pour oser la prendre.

Il faut du temps pour questionner le monde, et le mettre au cœur de nos créations, de nos ateliers, de nos pratiques.

Il faut du temps pour relier l'intime au collectif depuis notre place d'artiste.

Contacts



Artistique

Julia Douny Guyot | Direction artistique

cie.otompotom@gmail.com

06 07 19 40 99

Administration

Floriane Bardy | KIBLOS

floriane.bardy@kiblos.com

06 65 98 50 39

<https://otompotom.fr>

Facebook [Compagnie O Tom Po Tom](#)

Instagram [cie.otompotom](#)