

SOUTENSIONS

GUIDE PÉDAGOGIQUE DESTINÉ AU
PERSONNEL ENSEIGNANT À PARTIR DE
LA 11ÈME ANNÉE



INDEX



AVANT LA PIÈCE

Synopsis	03
Équipe de production et artistique	03
Description du projet	05
Activités préparatoires	06



DURANT LA PIÈCE

Questions à se poser	07
----------------------	----



APRÈS LA PIÈCE

Activités post spectacle	08
Pour aller plus loin	09



ANNEXES

Annexe A	11
Annexe B	12

AVANT LA PIÈCE

↙ Synopsis

Soutensions, c'est une famille qui porte le poids de ses choix. Brandi ne veut pas d'enfants et a toute sa trentaine devant elle. Elle accueille sa famille dans son appartement pour l'anniversaire des jumeaux de sa sœur, Marianne. Mais comme on apprend à s'y attendre dans cette famille, les préparatifs pour la fête ne se passent pas comme prévu. Andrée, leur tante, absente depuis 10 ans suite à l'affirmation de son propre choix de ne pas être mère, débarque chez Brandi. Cela rouvre de vieilles cicatrices entre Andrée et sa sœur Christelle, mère des deux filles. Phil, le père des jumeaux, a lui aussi son mot à dire sur la parentalité. Ici, les choix de vie sont disséqués à la loupe et la liberté est polymorphe. *Soutensions* se veut un party de cuisine qui surprend et bouscule, qui fait rire et réfléchir.

↙ Équipe de production



Texte : Amber O'Reilly



Mise en scène : Danielle Sturk



Régie : Samantha Sage



Décor : Anna-Binta Diallo



Éclairages : Charlotte Baker



Conseil dramaturgique :
Pascale St-Onge



Son : Daniel Pelloquin-Hopfner



Costumes : Émilie Beaudry-Lévesque



Équipe artistique



Andrée
Élaine Tougas



Brandi
Karam Daoud



Christelle
Louise Deniset



Docteure
Patricia Bitu Tshikudi



Marianne
Marie-Michèle Vienneau



Phil
Alex Coates



Description du projet

Soutensions est une œuvre théâtrale qui explore les tensions familiales et sociales entourant les choix reproductifs. L'action se déroule lors de l'anniversaire des jumeaux de Marianne, organisé chez sa sœur Brandi, trentenaire qui affirme ne pas vouloir d'enfants. Cette révélation fait éclater les non-dits d'une famille dont l'apparente cohésion vacille rapidement. Le retour inattendu d'Andrée, tante absente depuis dix ans après avoir revendiqué le même choix de non-maternité, ravive des blessures profondes, notamment avec Christelle, mère des jumelles. Chaque personnage féminin incarne une facette de la maternité imposée, choisie ou refusée, tandis que les hommes prennent aussi part au débat.

Inspirée de réalités contemporaines, la pièce aborde la médicalisation du corps le tabou de la stérilisation volontaire, les deuils non résolus et les dynamiques familiales toxiques. À travers des dialogues percutants et une langue théâtrale marquée par la diversité des parlers, Soutensions mêle l'intime et le politique pour interroger la liberté de choix en matière de santé reproductive. Conçue comme un « party de cuisine » à la fois drôle et dérangeant, l'œuvre met en lumière des voix féminines plurielles et affirme que les décisions personnelles sont indissociables des cadres sociaux, médicaux et économiques qui les contraignent.



Activités préparatoires

Discussion de groupe sur les thèmes clés

Objectif : amener les élèves à réfléchir à leurs propres idées sur les thèmes principaux.

Quelques questions à explorer :

- Qu'est-ce que signifie faire un choix de vie important ?
- Comment les attentes familiales ou sociales influencent-elles nos décisions ?
- Que signifie liberté pour vous personnellement ?

Improvisations sur des scénarios liés aux thèmes

Objectif : aider les élèves à incarner des perspectives différentes.

A partir de l'annexe A, incitez les élèves à improviser à partir de différentes situations

→ Faire un retour réflexif après chaque improvisation (émotions, décisions, conflits).

Exploration des personnages par journal intime

Objectif : développer l'empathie et comprendre les motivations des personnages.

Consigne : A partir de l'annexe B, chaque élève choisit un personnage (Brandi, Andrée, Christelle, Marianne, Phil) et écrit une page de journal fictive décrivant leurs pensées avant le début de la pièce.

→ Partager en binômes et comparer les points de vue.

DURANT LA PIÈCE

↘ Questions à se poser

- Que se passe-t-il dans cette scène, au-delà des paroles ?
- Quels sont les moments où la tension augmente ? Qu'est-ce qui les déclenche ?
- Comment l'ambiance change-t-elle au fil de la pièce ?
- Avec quel personnage ai-je le plus d'empathie en ce moment ? Pourquoi ?
- D'où viennent les tensions entre les personnages ?
- Est-ce que les conflits sont causés par des choix personnels ou par la pression des autres ?
- Y a-t-il des malentendus qui aggravent les conflits ?
- Est-ce que certains conflits auraient pu être évités ? Comment ?
- Que ressent-on grâce au jeu des acteurs (voix, gestes, regards) ?
- Y a-t-il des symboles ou des images fortes qui reviennent ?
- Comment la musique ou le silence affectent-ils l'émotion de la scène ?

APRÈS LA PIÈCE

↘ Activités post-spectacle

Session de réflexion collective

Objectif : permettre aux élèves de verbaliser leur expérience du spectacle.

Quelques questions :

Quel moment vous a le plus marqué et pourquoi ?

Comment votre perception des personnages a-t-elle évolué après avoir vu la pièce ?

Pensez-vous que les choix des personnages étaient compréhensibles ? Expliquez.

Table ronde avec analyse des conflits

Objectif : identifier et analyser les formes de communication et de tension.

Déroulement :

En petits groupes, les élèves identifient les moments clés de tension dans la pièce. Ils analysent ce qui déclenche le conflit, comment les personnages réagissent et quelles solutions sont proposées (ou non).

→ Présentation suivie d'une discussion globale.

➤ Pour aller plus loin

LIVRES DOCUMENTAIRES



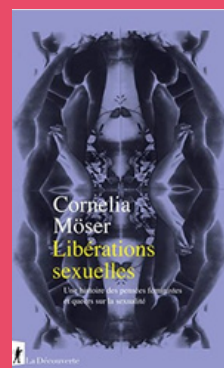
C'est dans ta tête: pourquoi minimise-t-on la douleur des femmes?
de Valérie Bidégare / 2023



J'ai décidé de ne pas être mère
de Chloé Chaudet / 2021

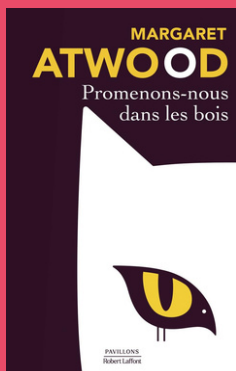


Ça va maman?: Une thérapie maternelle de 90 jours pour se reconnecter et se comprendre
de Lory Zéphyr / 2021

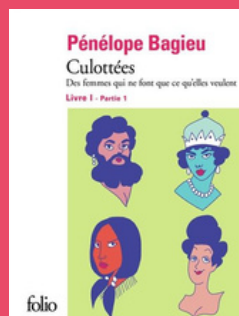


Libérations sexuelles: une histoire des pensées féministes et queers sur la sexualité
de Cornelia Möser / 2022

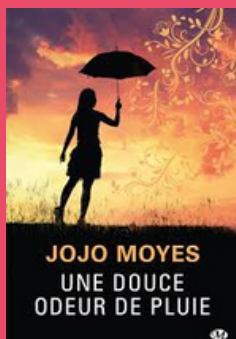
LIVRES DE FICTION



Promenons-nous dans les bois: Nouvelles
de Margaret Atwood / 2024



Culottées: Des femmes qui ne font que ce qu'elles veulent
de Pénélope Bagieu / 2016



Une douce odeur de pluie
de Jojo Moyes / 2018



La ballade des matrices solitaires
de Cristina Montescu / 2020

Ces pistes de lecture en lien avec la pièce vous sont offertes par la Bibliothèque publique de Saint-Boniface.



ANNEXE A



Improvisations sur des scénarios liés aux thèmes

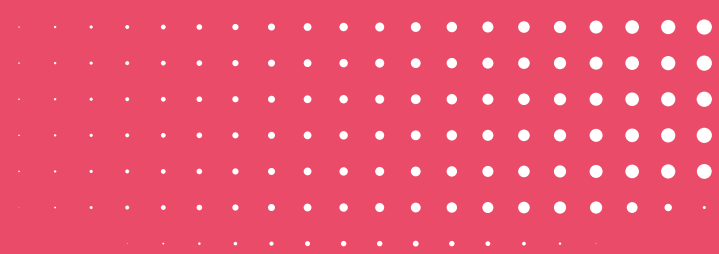
- Deux ami.es se disputent sur leurs priorités de vie après le secondaire
- Une réunion de famille où une nouvelle surprenante est révélée
- Un rendez-vous crucial chez un professionnel (ex. thérapeute, conseiller, employeur..)
- Une famille doit prendre une décision difficile sur un choix de vie majeur
- Un personnage dit au revoir à un proche à la gare ou à l'aéroport
- Deux ami.es débattent de ce que signifie réussite dans la vie
- Une personne tente de convaincre quelqu'un de changer d'avis sur un choix important
- Une personne tente de convaincre quelqu'un de changer d'avis sur un choix important

ANNEXE B



Exploration des personnages par journal intime

- **Brandi**, 28-32 ans, est une femme qui veut prendre sa vie en main, en commençant par son choix de ne pas avoir d'enfants. Elle est accueillante mais aime aussi avoir son espace à elle et elle sait défendre ses prises de position lorsqu'elle en est convaincue. Elle travaille en communications dans un Musée d'art, est passionnée de voyage, célibataire et habite seule.
- **Phil**, 33-40 ans, Chef-cuisinier et skater boi au cœur jeune, ce jeune père tente de concilier sa paternité avec son identité d'avant. Son sens de l'humour lui permet de développer une complicité avec Brandi. Il s'exprime avec candeur en franglais.
- **Marianne**, 33-40 ans, Mère de jeunes jumeaux, Timmy et Théa, entrepreneure en événementiel, femme d'affaires. D'ordinaire pragmatique et fonceuse, Marianne est aux prises avec les changements qu'elle a vécu dans la première année de sa maternité. Elle a des valeurs plutôt traditionnelles et cherche à correspondre à un modèle de réussite conventionnel.
- **Andrée**, 45-57 ans, a longtemps été absente de sa ville, de la famille, parfois même de son propre corps. Son désir d'indépendance l'a appelée à vivre une vie nomade en tant que rédactrice de guides touristiques. Elle vient de revenir et tente de forger des liens avec sa famille et retrouver ses racines.
- **Christelle**, 50-65 ans, est la grand-mère débordante d'amour pour Timmy et Théa et la mère de Brandi et Marianne, elle a fait carrière dans le milieu de l'éducation. Elle se soucie de la langue soignée et des apparences. Elle a beaucoup sacrifié pour sa famille, ressent toujours le deuil de son époux défunt et est rancunière envers sa sœur cadette.



Merci !

A bientôt au Théâtre Cercle Molière

