



Théâtre de l'opprimé

FASCICULE DE PRÉSENTATION

Association lausannoise · à but non lucratif

NOTRE PROPOSITION

Un théâtre où l'on essaie les solutions

À travers des jeux corporels, plusieurs techniques du théâtre de l'opprimé^{1 2} et des situations concrètes apportées par les participant·exs, nous rejouons ensemble les oppressions systémiques³ pour tenter d'en reprendre le pouvoir, tout en prenant soin les un·exs des autres.

Le théâtre de l'opprimé, vous dites ?

Un ensemble de techniques théâtrales visant le changement individuel, social et politique, créé par Augusto Boal dans les années 1960. Cette pratique permet de s'auto-observer, de réfléchir collectivement à des situations, d'explorer des alternatives... et de les essayer. À partir de récits vécus, on met en lumière des situations de domination par le jeu, et l'on fait émerger une prise de conscience collective pour reprendre du pouvoir sur nos quotidiens.

Spect·actrice, spect·acteur

Le mot de Boal pour dire l'essentiel : ici, on ne reste pas spectateur. On monte sur scène, on prend la place d'un personnage et on guide l'action vers ce qu'on pense juste. Ce n'est pas une scène que l'on contemple — c'est un terrain d'entraînement, où l'on répète l'action avant de devoir l'affronter pour de vrai.

Ateliers réguliers ou ponctuels

Une initiation ponctuelle est déjà une expérience marquante : elle suffit à faire émerger des récits et à goûter à la démarche. En atelier régulier, le groupe se construit dans la durée et une vraie transformation collective devient possible vis-à-vis des rapports de domination.

Le soin est central

Nous tenons à proposer un cadre aussi sécurisant que possible. On ouvre et on ferme chaque séance par un rituel en cercle, pour faire groupe et créer un lien de confiance. On s'accorde ensemble sur un cadre commun et sur des principes de prendre-soin.

Cet outil peut remuer fort, sur le plan émotionnel et psychique : nous en sommes conscient·exs et nous mettons en place des outils concrets pour accompagner ce qui se soulève.

Pourquoi on fait ça

Nous croyons à la force de cet outil populaire et émancipateur, et nous avons à cœur de le faire connaître bien au-delà des milieux déjà sensibilisés. Nous voulons des ateliers et des spectacles aussi accessibles et inclusifs que possible, pour offrir un espace d'expression aux personnes concernées. Faire groupe, créer du lien, partager, écouter, jouer, se mettre en mouvement : voilà ce qui nous semble essentiel. Avec Grabuge, nous cherchons à créer un espace de jeu et de parole sécurisant, pour politiser nos quotidiens et redonner du pouvoir d'agir — à l'individu comme au collectif — tout en prenant soin du groupe.

Nos ateliers & nos spectacles

Ateliers enfants

Face aux adultes, les enfants ont peu de prise. Le théâtre de l'opprimé permet d'aborder ces situations par le corps et le jeu, pour s'exercer à repérer une injustice, à réagir et à trouver des appuis. En régulier : un groupe où l'on se sent en sécurité et un réel processus d'empouvoirement. En ponctuel : un espace d'expression corporelle ludique et joyeux.

Ateliers en mixité choisie

Explorer les rapports de pouvoir liés au genre, dans un espace sans hommes cisgenre — c'est-à-dire entre personnes qui ne sont pas des hommes assignés et reconnus hommes. Par le corps, le partage de récits et plusieurs techniques du théâtre de l'opprimé, on se crée un espace de sororité où jouer et s'entraîner à déjouer les situations sexistes.

Ateliers adultes

Prendre en main les outils du théâtre de l'opprimé pour mettre en jeu des situations de domination vécues et chercher comment y répondre. Faire passer un récit individuel à l'échelle collective, et regarder ce qui, derrière, relève du système plutôt que de la personne.

Spectacles de théâtre-forum

Le théâtre-forum met en lumière une situation de domination précise dans un spectacle où le public n'est pas seulement témoin : chacun·e peut intervenir, dialoguer, se positionner sur ce qu'il a vu et compris. Nous construisons ces scènes à partir de nos vécus et des récits des personnes concernées. La scène est d'abord jouée jusqu'à une issue insatisfaisante ; puis le public monte sur le plateau, remplace un personnage et essaie une autre voie, pendant que les autres acteur·ices résistent au plus près du réel.

On n'y cherche pas « la bonne réponse » : **on essaie toutes les pistes** et l'on regarde, ensemble, ce qui tient et ce qui résiste.

Théâtre invisible

Jouer une scène de domination dans l'espace public — un bus, un parc, un magasin, un événement — sans annoncer que c'est du théâtre, pour faire réagir et réfléchir les personnes présentes, et déclencher un débat là où on ne l'attend pas.

Notre cadre éthique. Une forme puissante, qui demande de la prudence : scénario préparé et répété, attention à la sécurité des comédien·nes comme des passant·exs, aucune mise en danger, et un temps de débriefing après chaque intervention. Le soin ne s'arrête pas à la porte de l'atelier.

Qui est Grabuge ?

Maëlle Regnier ANIMATRICE & TOUCHE-À-TOU

Maëlle est étudiante en ingénierie de l'environnement, ainsi qu'animatrice et formatrice BAFA (brevet d'aptitude aux fonctions de l'animation, France) — un cadre dans lequel elle a animé des séjours de pratique théâtrale avec des jeunes. Par ses nombreux engagements associatifs, elle s'investit pour les demandeur·euses d'asile (à Droit de Rester), contre les violences faites aux femmes et aux enfants, et dans la lutte écologique. « Spécialiste en rien mais touche-à-tout », elle aime le rap, le théâtre, le cinéma et la danse.

À travers des stages sur le théâtre de l'opprimé et la pratique du joker en théâtre-forum (avec Jana Sanskriti et Ébullition), et le partage de savoirs au sein des troupes Acta non Verba et Grabuge, elle explore cet outil. Elle a co-construit un spectacle pour l'HETSL sur l'animation socioculturelle et la participation, et animé des ateliers sur les dynamiques de genre dans le cadre du projet CHAO.

Alicia Blanvillain INFIRMIÈRE

Alicia est mère et infirmière auprès de personnes en situation de précarité. À travers son travail en structures d'hébergement d'urgence et ses engagements collectifs, elle s'intéresse aux questions de soin, de violences ordinaires et de rapports de domination.

Elle découvre le théâtre-forum au sein d'Acta non Verba, avec qui elle co-construit et joue un spectacle présenté à la HETSL autour de l'espace public et de la participation. Par un stage avec Jana Sanskriti et le partage de pratiques au sein d'Acta non Verba et de Grabuge, elle explore le théâtre de l'opprimé comme un outil collectif pour aborder, par le corps et le jeu, les violences du quotidien. Elle a notamment animé des ateliers dans le cadre du projet CHAO.

Arthur Oed TRAVAILLEUR SOCIAL

Arthur est travailleur social diplômé de l'ESSIL et du BAFA. Il a travaillé en foyer avec des jeunes et des adultes en situation de handicap, en école spécialisée et auprès d'enfants placés.

Dans sa pratique du théâtre de l'opprimé, il a co-créé et joué des spectacles sur le harcèlement scolaire, les violences des adultes envers les enfants, l'animation socioculturelle, l'appropriation de l'espace public, les proches aidant·exs, et les violences subies par les enfants placés et leurs parents. Il a aussi animé un atelier avec des jeunes de 10 à 12 ans sur les violences quotidiennes et les discriminations. Il a été formé par Arc en scène, Manivelle théâtre, Ébullition, le réseau romand des praticien·nes du théâtre de l'opprimé et au sein d'Acta non Verba.

Jérémie Bender TRAVAILLEUR SOCIAL

Jérémie est travailleur social dans le domaine de la protection de l'enfance, papa et jardinier amateur. Il pratique le théâtre de l'opprimé pour sa force politique de lutte contre les rapports de domination, convaincu de la nécessité de nommer et de déjouer les oppressions systémiques. Il est membre fondateur de la troupe Acta non Verba, où il s'est formé aux côtés de ses pair·exs.

Lexique

1. Théâtre-image

L'un des procédés du théâtre de l'opprimé : mettre une situation de domination en corps, sous forme d'images figées. La personne qui veut la mettre en lumière « sculpte » les autres, en leur demandant de tenir une position — sans paroles ni gestes, pour commencer — afin de composer une fresque vivante. Nous l'utilisons en atelier comme pour créer nos pièces de théâtre-forum.

2. Théâtre introspectif

Une forme du théâtre de l'opprimé qui travaille sur les oppressions intériorisées : le groupe se met au service d'une personne pour l'aider à remettre du mouvement volontaire là où elle se sent paralysée. Parce qu'elle touche à l'intime, nous la réservons aux ateliers réguliers, avec un groupe déjà constitué et une animation expérimentée — jamais en première séance.

3. Oppression systémique

Les inégalités et discriminations produites et reproduites par le système, à travers stéréotypes et préjugés. « Systémique » signifie qu'il ne s'agit pas d'actes isolés, mais de mécanismes répétés et structurels : c'est l'organisation même de la société qui reproduit ces inégalités, notamment par les dominations patriarcale et capitaliste.

Le nom dit le programme : **grabuge**, ce joyeux désordre qui dérange l'ordre établi — exactement ce qu'on cherche à faire, ensemble, sur scène.



[grabuge-theatre
@protonmail.com](mailto:grabuge-theatre@protonmail.com)



grabuge-theatre.ch



[@grabuge_theatre](https://www.instagram.com/grabuge_theatre)