

GRAND-MÈRE

ou « J'avais pourtant des rêves,
maman »

(titre provisoire)

REVUE DE PRESSE

Alexandre Fray, acrobate, transforme les mamies en équilibristes

Publié le 21/12/2012

Les acrobates et les personnes âgées ont en commun la recherche de l'équilibre et une interrogation quant aux limites à ne pas dépasser. Partant de là, l'artiste planche sur le Projet grands-mères. Son objectif : faire accepter aux dames de se faire porter et, pourquoi pas, les faire entrer en piste.



L'aventure a débuté il y a presque dix ans. « De manière très ponctuelle d'abord, jusqu'à cette fois qui ressemble presque à une résidence. » Acrobate de la compagnie circassienne [Un loup pour l'homme](#), Alexandre Fray travaille en solo sur le Projet grands-mères. L'occasion pour lui de mêler l'échange avec les anciens et la création artistique. « J'ai envie d'explorer le lien qui nous lie à nos grands-parents et plus particulièrement à nos grands-mères. Dans cette tranche d'âge, les femmes sont plus nombreuses et tactilement c'est différent. Nous n'avons pas la même relation avec nos grands-pères qu'avec elles », explique-t-il. Porteur acrobatique, il est, le temps d'une collaboration avec l'Hippodrome et le centre hospitalier de Douai, porteur de mamies. « Porter des gens c'est prendre soin d'eux, empêcher l'autre de tomber, lui donner confiance en le porteur et en elle... » Tout ça, l'artiste le fait au quotidien et l'applique à des résidents de la maison de retraite Marceline-Desbordes-Valmore, tous volontaires, depuis lundi.

Loin de se la jouer roi de la cascade à la Belmondo, Alexandre Fray choisi la méthode douce pour tenter d'embarquer les grands-mères dans son aventure humaine. Un exercice après l'autre, il se fait adopter, prouve à ses protégées – sur lesquels il veille avec tendresse - qu'elles peuvent avoir confiance en lui et en leurs capacités. Parce qu'il est avant tout question d'échange et d'émotions sur des actions brèves. « J'aime donner de l'importance à de petites choses. En même temps que j'apporte quelque chose aux gens, j'avance sur mon projet artistique, qui prendra une forme X ou Y », décrit-il.

La méthode diffère des autres créations de la compagnie, notamment parce que « la démarche au quotidien est importante ». Il n'est pas juste question de l'aboutissement. L'affinité du porteur pour les seniors, sans doute née de sa relation avec ses grands-mères, fait que chaque sourire, chaque petite réussite sur la maîtrise de son corps sont des fins en soi. La preuve, même les hommes participent aux exercices proposés par l'artiste. Et toutes les dames n'oseront pas aller jusqu'au bout : accepter d'être portée et se produire devant un public. C'est pourtant le doux rêve

caressé par Alexandre Fray. Pas à la recherche d'une mamie star, il aimerait écrire un rôle que des dames, différentes selon les villes, pourraient jouer à ses côtés, afin de raconter l'histoire de l'une d'elle et d'un homme, avec tous les sujets qui entourent le grand âge. Ses passages à Douai (il reviendra en janvier et en avril) donneront peut-être à Mireille, Adrienne ou Marie-Antoinette l'envie de brûler les planches ?





Séance de travail, lundi après-midi, avec la septuagénaire rémoise Michelle Blanchin. Christian Lantenois

SORTIR

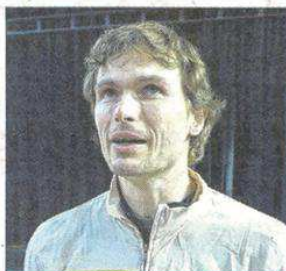
Des grands-mères au cœur d'un projet avec un acrobate

Depuis janvier, Alexandre Fray travaille avec des grands-mères rémoises. Sa création sera présentée vendredi soir au Manège.

Alexandre Fray n'est pas un porteur et acrobate comme les autres. Cet ancien élève du Centre national des arts du cirque de Châlons-en-Champagne ne court pas après la performance physique et les seules prouesses techniques. Le trentenaire mène plutôt « un travail minimaliste » où chaque mouvement, voire micromouvement, est exécuté avec une extrême douceur et beaucoup de bienveillance. Car cet artiste originaire de Franche-Comté se produit avec des personnes âgées.

« La question de nos limites corporelles, et de notre rapport à l'autre, m'a toujours intéressé. En tant que porteur, je me suis très jeune interrogé sur la façon de porter quelqu'un aux différents âges de la vie », raconte Alexandre Fray. Dès 2006, il s'est tourné vers les plus fragiles et a monté son « Projet grands-mères ». L'idée est simple : l'artiste de cirque crée une relation de confiance avec ses partenaires dont certaines, marquées par la maladie ou le poids des ans, ont parfois du mal à simplement tenir debout.

Alexandre Fray, qui se dit très



« Une grand-mère est un être humain qui a porté beaucoup de choses dans sa vie »

Alexandre Fray

proche de sa propre grand-mère paternelle, porte des femmes qui vivent seules, en couple ou en maisons de retraite. À chaque fois, il veille à les mettre en confiance et à instaurer un vrai dialogue avec elles. « J'admire leur courage, leur engagement car il faut oser se lancer ! Une grand-mère c'est beau en soi car c'est quelqu'un qui a déjà porté beaucoup de choses dans sa vie... » L'artiste fait aussi le lien

entre le voltigeur au sommet de sa gloire et la grand-mère devenue plus fragile. « Tous deux osent s'abandonner ». « Mon ambition est d'aider ces femmes d'âge mûr à se rapprocher leur corps dans une démarche artistique. »

Pour ce travail mené au Manège de Reims, Alexandre Fray a rencontré une dizaine de grands-mères. Cinq ont été retenues. Parmi elles, Michelle Blanchin, 70 ans tout rond, qui danse le tango depuis dix ans. Cette femme dynamique, à l'aise dans son corps comme dans sa tête, se dit ravie de cette aventure. « J'apprends à mieux faire confiance à l'autre. Je découvre par exemple des exercices de relaxation que je ne pensais pas pouvoir faire », confie-t-elle.

Une première étape du travail entamé en janvier sera présentée au public ce vendredi. Suivra un temps d'échange pendant lequel l'auteure Cathy Blisson présentera des textes écrits à l'occasion de ce « Projet grands-mères ».

VALÉRIE COULEY

► Vendredi 27 février à 18 heures au Manège. Durée : 1 heure. Tarifs : 6 et 10 euros. Réservation au 03 26 47 30 40.

Le "projet grands-mères" fait voltiger le tabou de l'âge

En résidence au Théâtre d'Arles, l'acrobate Alexandre Fray pousse les aïeules à dépasser leurs limites

Quand soudain, depuis la terrasse de l'hôtel de la place Voltaire, il a vu arriver au loin Maria, 85 printemps, et Jacqueline, "un peu plus de 60". Le porteur et acrobate franc-comtois Alexandre Fray, 35 ans, a eu "un flash" : "Elles dégageaient une telle grâce dans leur démarche et leur manière de se parler, que je leur ai osé après pour leur proposer de participer à mon projet."

Son nom de code : le "projet grands-mères". Son concept, créé depuis des années par le fondateur de la compagnie Du loup pour l'homme : "Valoriser une forme de prise de risques et de mise en danger en mouvement, à un âge où le peur de la chute et de la douleur peut vite engendrer le cycle de la peur : si j'ai peur d'ouvrir mal dans je ne fais plus donc j'ai encore plus peur donc je m'enferme et je ne fais plus rien", livre 1 il n'y a force de ce plus faire, le corps désapprend. Le muscle fond, l'articulation rouille. L'occupé même du geste se vieillit".

Objet de ce projet, né en 2002 dans l'esprit d'Alexandre Fray, a tout début de sa carrière d'artiste à travers des interventions en maisons de retraite où il s'est "fait le main" : boiser ce cycle infernal.

Cure de jouvence

"Je ne suis ni jeune, ni géniale, ni accompagnant, ni rien de ce genre : je ne fais pas dans la thérapie. Je m'efforce, en art-thérapeute, de redonner confiance et les aux personnes âgées à travers des interventions artistiques. C'est là que je trouve le plus de sens à ces ateliers : découvrir et raviver les possibles de chaque corps. Pour oser bouger et prendre plaisir à oser de nouveaux, confie-t-il. Ce qui est beau avec l'âge, c'est que tout est petit et soigne à la fois : se coucher, se relever, lever les bras, les jambes... Tout fait obstacle, et les victoires en sont magnifiques : on retrouve sur scène des jeunes filles, comme les genres oubliés".

Cure de jouvence garantie dans les locaux du Lou et Jeanne Calment ou à la maison de retraite Koran La Bimandière où Alexandre Fray s'est rendu pour un casting de volontaires.



Jacqueline, octogénaire alerte, a "oublié l'âge" au contact du "gentleman porteur", Alexandre Fray. PHOTOGRAPHIES: C. TORRES



Comme avec Maria : "La plus important pour pouvoir oser, c'est de se connaître. Le résultat est là : je ne me sens plus vieille du tout. Jacqueline, elle, c'est autre chose : elle a toujours fait de la gym." D'où l'intérêt de l'atelier, ouvert à tous les degrés de capacités : certaines sont parfaitement valides, d'autres de personnes, ont déjà fait une chute, un AVC, sont en fauteuil, ont Alzheimer ou une autre pathologie mentale... Donc les réactions ne sont jamais pareilles, et une grand-mère n'est jamais une autre, explique le "gentleman porteur". Mais dans notre société,

où la vieillesse comme la maladie sont des tabous, il faut s'attendre à tout, ne rien brusquer et adapter les prises avec une infinie précaution... Pour que l'échange ait lieu et que chacun puisse se transcender, se lier avec l'autre un travail sur le réel, à dépasser pour le réinventer". Une expérience hors normes qui prendra, à court, la forme d'un spectacle total (photos projetées, paroles diffusées et chorégraphie sur scène).

Au vu de leur duo resplendissant, Jacqueline et Maria ont de fortes chances d'y participer... Cécile TORRES

SPECTACLE EN VUE À L'ENCLOS SAINT-CÉSAIRE

Hébergé par le Théâtre d'Arles depuis le 8 février et jusqu'au 21, après avoir gravité par le centre culturel Houdremont de La Courneuve et la Comédie Reims, le spectacle en construction "J'avais pourtant des rêves, maman" donnera lieu à une restitution d'étape à la mi-mars. Avec certaines des mamies "castées" à travers les rencontres d'Alexandre Fray, elle prendra ses quartiers à l'enclos Saint-Césaire "le 17 et/ou le 18 mars, sous réserve des disponibilités de ces dames et des autorisations, prévient-il. D'ici là, nous reviendrons à Arles pour une troisième semaine de résidence du 14 au 19 mars pour faire d'autres ateliers et fixer ce projet". En attendant, le porteur recherche un profil particulier de grands-mères pour les intégrer à son spectacle : des tricoteuses hors pair... A vos candidatures !

→ Réservations et renseignements au 20 49 52 51 55 et sur www.theatre-arles.com

L'autre JT / 10 mars 2016

« Mamies in the air »

Vidéo de 5'41

« Alexandre est un jeune acrobate de la Cie « Un Loup pour l'homme », ex judoka formé au cirque il s'est lancé dans un projet un peu barré : mettre les mamies en apesanteur. Dans la rue, dans les théâtres ou dans les maisons de retraite il propose aux grand mères de lâcher prise pour lui tomber dans les bras ou grimper sur ses épaules parce que ses mamies qui pourraient être les nôtres «ont besoin de vivre, de prendre des risques, d'être encore sollicités, de s'envoler !» »

<https://www.youtube.com/watch?v=GAMzK51lr34&feature=youtu.be>

Arles

"Le projet grands-mères" repousse les limites de l'âge

L'acrobate Alexandre Fray a présenté les fruits de trois semaines de travail à l'enclos Saint-Césaire vendredi. Une restitution d'étape qui en a séduit plus d'un

Ames sensibles s'abstenir ? La question semble légitime au vu de la dernière étape de ce spectacle pas comme les autres. Lorsqu'Alexandre Fray fait flotter Marie, 94 ans, dans les airs sur un toit-terrasse, à plus d'une vingtaine de mètres du sol. Mais revenons quelques minutes en arrière, lors de la première étape de ce parcours pour le moins surprenant.

Tout commence dans une petite salle de l'enclos Saint-Césaire, plongée dans l'obscurité avec pour seul point de lumière une petite icône animée d'un film. Un film où les images tournent au ralenti sur une musique paradoxalement entraînante. Le refrain "Pai-me va grand-mère" pose le ton. À l'écran, l'histoire retrace la vie d'une vieille dame en maison de retraite dont le visage s'illumine à chaque fois qu'elle voit un certain jeune homme. L'auteur aborde-t-il le tabou de la relation amoureuse et de la différence d'âge ? Chacun y verra ce qu'il veut y voir mais le tout est réalisé avec finesse et humour, parsemé d'une touche de poésie. Surtout lorsque les deux acteurs sont transportés dans une forêt presque enchantée, voire enchanteresse.

"C'était un pari audacieux et l'artiste l'a relevé avec brio !"

Petit détour, ensuite, par une performance où deux tricoteuses interpellent le public qui les observe en silence tout en écoutant la voix off de l'artiste qui résonne dans la pièce. Là encore, la thématique porte sur l'âge et les problèmes qui en découlent. Avec une morale : quoi qu'il arrive, "the show must go on" ("le spectacle doit continuer", Ndlr). Puis, le clou du spectacle. En extérieur cette



Alexandre Fray et Marie, 94 ans, sur les hauteurs de l'enclos Saint-Césaire.

PHOTOS SERGE GUILROULT

fois. Assis face au vide, les spectateurs voient Marie faire son entrée.

Permettre à l'autre de retrouver confiance en soi

L'acrobate du jour arpente sa scène, seule. Puis elle est rejointe par son partenaire, son maître de confiance. Celui qui s'est inspiré de ses "propres grands-mères - car j'ai la chance qu'elles soient toujours en vie - et que je vois trop peu. Alors j'ai voulu leur rendre hommage. J'aime travailler avec l'autre, permettre à ces mamies de retrouver la confiance qu'elles pensaient avoir perdue", étaye Alexandre Fray.

Ensemble, Marie et Alexandre entament un jeu d'équilibre rythmé par quelques notes de musique. Délicatement, il la positionne sur son épaule et la soulève du sol. Le visage de la nonagénaire

s'illumine, celui de l'artiste s'emplit de tendresse. Au fur et à mesure des différentes postures, Marie a l'air fière. Elle est en train de dépasser ses propres limites. Après une quinzaine de minutes, elle confie tout de même : "J'avais la trouille, je ne suis plus vraiment toute jeune, moi ! Mais il a su me mettre en confiance et je me suis mise dans la peau d'une véritable acrobate !"

À côté d'elle, Janine, 83 ans, est impressionnée. "C'était beau d'assister à ça. J'ai adoré la multiplication des mouvements et les enchaînements." Un sentiment que partage Bénédicte, 50 ans, qui a été interpellée par le projet. "De plus, cela nous renvoie forcément au cas de nos propres parents qui vieillissent. Ou à nous-même, argue la spectatrice admirative, car un jour ou l'autre, on sera sans doute confronté aux mêmes problè-

mes... En tout cas, c'était un pari audacieux et l'artiste l'a relevé avec brio !"

En résidence depuis le 8 février au Théâtre d'Arles, Alexandre Fray fait partie de la compagnie Un loup pour l'homme qui expose les traces d'un processus *in situ* peu importe où elle se trouve. En ce qui concerne les actrices de cette restitution arlésienne inédite, l'homme de cirque les a castées dans la rue, dans des maisons de retraite ou tout simplement au gré du hasard. Avec toujours un seul et même but : "Étudier le cas de la dépendance et travailler dessus. Repousser les limites de l'âge et s'abandonner à l'autre. Car pour l'instant, ces grands-mères sont mes partenaires de recherche mais, à terme, elles seront mes partenaires de jeu." Un travail qui devrait se terminer à l'automne 2017.

Carine PALMI



À gauche, la partie finale de la vidéo qui présente le "projet grands-mères". À droite, la performance des deux tricoteuses avec le public.