

●  
LE THÉÂTRE DES  
CONFETTIS

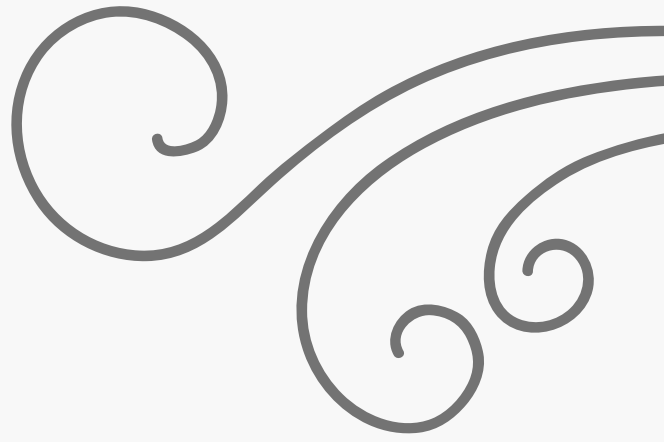
présente

# LOU DANS LA NUIT

Un texte et une mise en scène de Maxime Robin

## CAHIER D'ACCOMPAGNEMENT

Outil conçu par Angélique Bailleul, médiatrice culturelle



*Une maison où je vais seul  
en appelant un nom que le silence et les murs me renvoient  
une étrange maison  
qui se tient dans ma voix et qu'habite le vent.*

- Pierre Seghers



# SOMMAIRE



- 4. Lettre aux enseignants
- 5. Résumé du spectacle
- 6. Le Théâtre des Confettis
- 7. L'équipe du spectacle
- 8. Confidences du créateur
- 10. Activités de préparation
  - 11. Échanger sur la sortie au théâtre
  - 13. Dévoiler certains éléments du spectacle
  - 17. Faire des activités en lien avec le thème
- 21. Activités de rétroaction
  - 22. Apprécier le spectacle
  - 23. Philosopher sur la fin du spectacle
  - 24. Laisser une trace de l'expérience
- 26. Pour aller plus loin
- 27. Nous joindre

# LETTRE AUX ENSEIGNANTS

Chère enseignante,  
Cher enseignant,

Vous avez choisi d'emmener votre classe assister au spectacle *Lou dans la nuit*.

Sortir au théâtre, c'est vivre une expérience spéciale hors du quotidien.

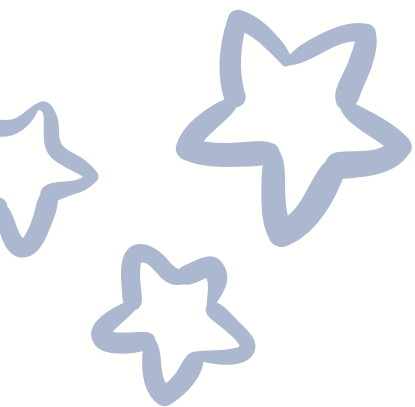
Ce cahier d'accompagnement vous donnera des outils pour sensibiliser vos élèves à la rencontre avec l'art vivant.

Nous vous proposons des activités de préparation au spectacle ainsi que des activités de rétroaction qui viendront enrichir l'expérience.

En réalisant les activités proposées, vous créerez non seulement un lien précieux entre les enfants et le spectacle, mais également un engouement, une curiosité et une réflexion sur les thèmes abordés.

Nous vous remercions d'avoir fait confiance au Théâtre des Confettis et nous vous souhaitons une magnifique expérience avec vos élèves.

Le Théâtre des Confettis



# RÉSUMÉ DU SPECTACLE

Le jour, *Lou* n'a pas peur de sa maison. Elle joue dans sa chambre, dans le couloir...  
Très rarement dans le salon.  
Jamais dans l'escalier.  
Et surtout pas au sous-sol...  
Ah ça, non!  
Or, une nuit, un gros bruit tire *Lou* de son sommeil.  
Quel est ce bruit? D'où vient-il?  
Puis, une voix s'adresse à *Lou*. Doucement. Posément. Elle semble venir...  
De l'escalier? Ou serait-ce... Du sous-sol?  
Guidée par cette voix bienveillante — mais parfois agaçante! — *Lou* quitte sa chambre et part à la découverte de sa maison plongée dans le noir.  
Elle entend ses bruits inquiétants, ses tuyaux qui hoquettent, ses planchers et ses marches qui craquent...  
Sous ses yeux, les meubles s'animent et deviennent des bêtes à dompter.  
*Lou* ouvre des portes closes. S'accroche à la poignée de celles qui veulent s'ouvrir.  
La traversée de cette maison qu'elle ne reconnaît plus la mène finalement devant cette porte... Celle, toujours verrouillée, qui s'ouvre sur... le sous-sol.  
Du haut de ses sept ans, *Lou* hésite... Son cou se tend. Sa respiration s'accélère. Un long frisson lui parcourt le dos. Tirillée entre sa peur et sa curiosité,  
*Lou* descendra-t-elle? Qu'y a-t-il donc dans ce sous-sol?



# LE THÉÂTRE DES CONFETTIS

Le Théâtre des Confettis est né à Québec en 1977 de la complicité de deux comédiennes, Hélène Blanchard et Judith Savard, et d'un scénographe, Réal Sasseville.

Dirigée depuis par Hélène Blanchard et Judith Savard, codirectrices artistiques et générales, la compagnie a à son actif vingt-neuf productions.

La compagnie est reconnue pour l'audace de ses choix et son apport important au développement de la dramaturgie enfance-jeunesse.

Dès sa fondation, le Théâtre des Confettis a choisi de placer les enfants au centre de ses préoccupations : les enfants pour ce qu'ils suggèrent de subversion, de rêve et de poésie, de folie et de tendresse, pour ce qu'ils proposent d'ouverture et d'intimité, pour leurs rires et pour leurs larmes, pour leur regard neuf, curieux et vigilant.

Pour chacune de ses réalisations, la compagnie cherche à conjuguer réalité et imaginaire, humour et fantaisie, veut émerveiller, séduire et émouvoir et tente aussi de susciter des questions, d'inciter à la réflexion et de favoriser un rapprochement entre enfants et adultes.



Crédit photo : Louise Leblanc



Crédit photo : Dominic Marcotte

Hélène Blanchard  
et Judith Savard  
codirection artistique  
et générale

# L'ÉQUIPE DU SPECTACLE

**Texte et mise en scène :** Maxime Robin

**Scénographie :** Erica Schmitz

**Éclairages :** Keven Dubois

**Environnement sonore :** Josué Beaucage

**Conseiller à la dramaturgie :** Jean-Michel Girouard

**Direction artistique :** Hélène Blanchard et Judith Savard

**Interprétation :**



**Mélissa Merlo**

Crédit photo : Hélène Bouffard



**Marianne Marceau**

Crédit photo : Llamaryon



**Éric Leblanc (la voix)**

Crédit photo : Nicola-Frank Vachon



# CONFIDENCES DU CRÉATEUR



Crédit photo : Daniel Richard

Formé à l'école de cinéma Mel Oppenheim et au Conservatoire d'art dramatique de Québec, Maxime Robin est auteur, metteur en scène et comédien. Depuis 2011, il a signé l'écriture et la mise en scène de *Iphigénie en auto*, de *Viande* et de *Photosensibles*. Il a également coécrit *La Date* et *Le NoShow*, présentés à Québec, à Montréal et en France. Maxime est directeur artistique et cofondateur de La Vierge folle, à qui on doit la soirée annuelle du temps des fêtes : *Les contes à passer le temps*.

## **C'est la première fois que tu crées pour le jeune public. Pourquoi te lancer dans cette nouvelle aventure?**

Je vais souvent voir des spectacles pour enfants même si je suis un adulte (rires)! Je trouve que le théâtre jeunesse réunit tous les éléments d'un bon spectacle pour adultes. Le public jeunesse est un public assez exigeant qui ne fait pas semblant et qui ne veut pas avoir l'air intelligent ou sophistiqué. Les œuvres qu'on propose aux enfants doivent donc être encore plus rigoureuses, sincères, transparentes et riches.

## **Comment t'es venue la toute première idée du spectacle *Lou dans la nuit*?**

Je m'intéresse beaucoup à la peur dans mon travail, car je suis quelqu'un de très peureux (rires)! J'ai fondé un club avec des amies qui s'appelle le *Club des braves courageuses*. On se réunit deux fois par année pour échanger sur nos peurs et se donner des outils pour les surmonter. Lors d'une de ces rencontres, une de mes amies a évoqué un article qu'elle avait lu au sujet des émotions. Dans cet article, il était dit que tout ce que les humains ressentent découlerait de deux émotions : la peur ou l'amour. Ce concept m'a fasciné et je me suis dit que j'aimerais parler de ça aux enfants.

## **Pour aborder ce concept avec les enfants, tu as choisi l'espace de la maison, qui tient une place très importante dans le spectacle. Pourquoi?**

Ce spectacle est né d'une fascination pour les lieux. Je trouvais intéressant de voir à quel point un lieu peut nous influencer, un lieu qui est familier et qui peut aussi devenir étrange une fois la nuit tombée. Comme si on ne le reconnaissait plus et qu'il ne nous appartenait plus. Dans *Lou dans la nuit*, la maison est presque un personnage. C'est un lieu qui donne de l'amour, mais qui peut aussi



# CONFIDENCES DU CRÉATEUR

générer de la peur, deux émotions très reliées dans l'existence humaine. Je voulais que la maison joue des tours à *Lou*, qu'elle l'effraie, mais qu'elle l'aide aussi à surmonter ses peurs et à être plus grande que ce qu'elle pense. Pour moi, c'est vraiment important que l'amour et la peur soient les deux facettes d'une même médaille.

## **Qu'est-ce que *Lou* va vivre cette nuit-là?**

*Lou* va être amenée à se dépasser, à sortir de sa zone de confort, qu'est sa chambre, pour faire une rencontre qui va être déterminante. Cette nuit-là, elle va découvrir que dans la peur il y a un jeu, que c'est quelque chose qui ne va jamais la quitter, qu'on ne peut réellement jamais "vaincre" sa peur, qu'on doit l'apprivoiser et vivre avec elle toute sa vie. Si elle apprend ce soir-là à jouer avec ça, à accepter la peur en elle, à se dire que ça fait partie de l'expérience, elle va trouver beaucoup de plaisir dans la vie.

## **Quels sont les procédés que tu utilises pour permettre aux enfants de se sentir à l'aise pendant la représentation même s'il est question de peur?**

On sait qu'en général les enfants aiment avoir peur ou jouer à avoir peur dans un contexte où il se sentent en sécurité, par exemple dans les bras de papa ou de maman. Pour moi, il était donc vraiment important de créer un climat rassurant pour que la peur puisse devenir une source d'amusement. Pour ça, j'utilise l'adresse directe au public. Le personnage du narrateur s'adresse directement aux enfants, ce qui permet de créer un rapport privilégié avec eux mais aussi de les garder actifs et impliqués dans l'histoire. J'utilise aussi l'humour. L'humour joue un rôle clé dans le spectacle pour désamorcer la peur.

## **Avec quel sentiment aimerais-tu que les enfants sortent de la salle?**

Du courage. J'aimerais qu'ils voient le monde d'un œil nouveau et qu'ils se sentent plus forts, plus grands, déterminés à apprivoiser leurs peurs...



# ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

Nous vous proposons de préparer vos élèves **en trois temps**, idéalement dans les deux semaines qui précèdent la sortie.

## 1 - **Échanger** sur la sortie au théâtre



Objectifs :

- Parler de ce qu'est le théâtre en général
- Leur faire découvrir ce qu'est un spectateur
- Préparer les élèves à la rencontre avec l'art vivant

## 2 - **Dévoiler** certains éléments du spectacle



Objectifs :

- Susciter l'intérêt
- Éveiller la curiosité
- Stimuler l'imagination

## 3 - **Faire** des activités en lien avec le thème



Objectifs :

- Mettre les enfants en action
- Leur faire vivre des expériences concrètes
- Créer un lien avec le spectacle avant la représentation

# ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

## PREMIER TEMPS

**Échanger** sur la  
sortie au théâtre  
*Durée : 15 minutes*

### L'ANNONCE

Commencez par annoncer la grande nouvelle!

***Les enfants, j'ai une grande annonce à vous faire :***

***La semaine prochaine, nous allons vivre une expérience spéciale... Nous allons faire une sortie au théâtre pour voir un spectacle!***

***Est-ce qu'il y en a parmi vous qui ont déjà vu une pièce de théâtre?***

***Mais au fait, c'est quoi une pièce de théâtre?***

Questionner les enfants permettra d'attirer leur attention et cela vous permettra de vérifier s'il y a des enfants dans votre classe qui n'ont jamais été en contact avec le théâtre.

### UNE PIÈCE DE THÉÂTRE

S'ils ne savent pas exactement ce que c'est, vous pourrez leur expliquer très simplement.

***Une pièce de théâtre, c'est une histoire qui est racontée avec ou sans paroles par des personnes qui se trouvent sur une scène. On les appelle des comédiens. Souvent les comédiens portent un costume et bougent dans un décor. Quand on va voir une pièce de théâtre, nous sommes assis face à la scène et nous devenons des spectateurs.***

# ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

## UN SPECTATEUR

Encore une fois, prenez le temps de questionner les enfants avant de leur donner les réponses; vous serez sûrement étonné(e) de constater qu'ils en savent déjà beaucoup!

***Mais au fait, c'est quoi un spectateur? Un spectateur, c'est quelqu'un qui assiste à un spectacle. Il peut avoir besoin de ses yeux s'il y a des choses à voir. Il peut aussi avoir besoin de ses oreilles s'il y a des choses à entendre. Mais il a surtout besoin de ses émotions pour recevoir le spectacle à l'intérieur de lui.***

## LES ÉMOTIONS

Le spectacle *Lou dans la nuit* va assurément faire réagir les enfants. Gardez en tête que tant que les enfants sont attentifs durant le spectacle, il n'y a aucun problème à les laisser exprimer leurs émotions. L'équipe est bien à l'aise avec ça. Nous vous invitons donc à profiter pleinement du spectacle! C'est aussi un moment pour vous cher/chère professeur(e).

***En parlant d'émotions, est-ce que vous pensez qu'on a le droit de rire au théâtre? Bien sûr! Si on trouve ça drôle, on peut rire! Est-ce qu'on a le droit de pleurer? Oui, si on trouve ça triste, on a le droit de pleurer. Au théâtre, on peut ressentir toute sortes d'émotions. D'ailleurs, quelles émotions connaissez-vous?***

## L'ART VIVANT

Il est intéressant d'expliquer aux enfants que le théâtre est un art vivant. Si les spectateurs entendent et voient les comédiens, les comédiens entendent et voient aussi les spectateurs!

***Vous pouvez ressentir et exprimer toutes vos émotions pendant le spectacle. Mais... Est-ce que vous pourrez parler à votre ami à côté? Pourquoi? (Recueillir leurs réponses.) Cela risque de déranger votre ami et les autres spectateurs, mais aussi de déconcentrer les comédiens qui entendent tout ce qui se passe dans la salle. Si vous avez vraiment envie de partager quelque chose avec votre ami, gardez votre commentaire dans une boîte précieuse de votre tête et vous lui direz dès que le spectacle sera terminé.***

# ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

DEUXIÈME TEMPS  
**Dévoiler** certains éléments  
du spectacle  
*Durée : 15 minutes*

## LE TITRE

Commencez seulement par dire le titre du spectacle pour créer un échange avec les enfants et surtout susciter la curiosité...

***Le spectacle que nous allons voir au théâtre s'intitule :***

## ***Lou dans la nuit***

***À votre avis, de quoi ça pourrait parler?***

Prenez le temps de prendre chaque réponse et ponctuez par des "peut-être..." Ils vont sûrement penser tout de suite au loup, alors jouez avec ça!

***Et si je vous dis que Lou s'écrit Lou et non Loup...***

Écrivez le titre au tableau pour que les enfants voient *Lou dans la nuit* et non *Loup dans la nuit*...

Demandez-leur pourquoi le titre est écrit ainsi. Vous pouvez les aider en disant que *Lou* est un prénom.



# ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

## L'AFFICHE

Pour aller plus loin, vous pouvez maintenant leur montrer l'affiche du spectacle.  
(Voir page 15)

***Pour en savoir un peu plus, je vous propose maintenant de regarder l'affiche du spectacle qui nous donnera d'autres indices. Ouvrez grands les yeux.***

Laisser-leur le temps de regarder l'affiche en silence.

***Que voit-on sur cette affiche?***

***Quelle est la différence entre les deux silhouettes?***

***Est-ce qu'il s'agit de la même personne?***

***Selon vous, qui est cette personne?***

S'ils disent que c'est Lou, leur dire que, oui, c'est bien elle!

***Que tient-elle dans ses mains?***

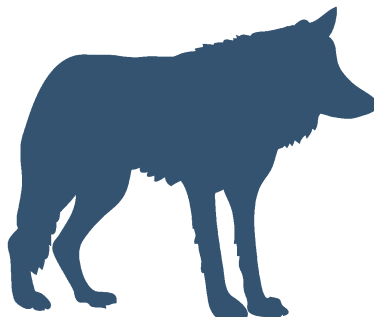
S'ils disent que c'est une maison, leur demander pourquoi elle tient une petite maison dans ses mains.

***Comment est-elle habillée?***

***Ce sont des oreilles de quoi?***

Si les enfants disent que ce sont des oreilles de loup, leur demander pourquoi Lou porte des oreilles de loup?

***Quelle est l'émotion de Lou?***







# ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

## LE RÉSUMÉ

Le moment tant attendu est arrivé! Vous allez pouvoir dévoiler aux enfants le résumé du spectacle *Lou dans la nuit* que vous trouverez à la page 5.

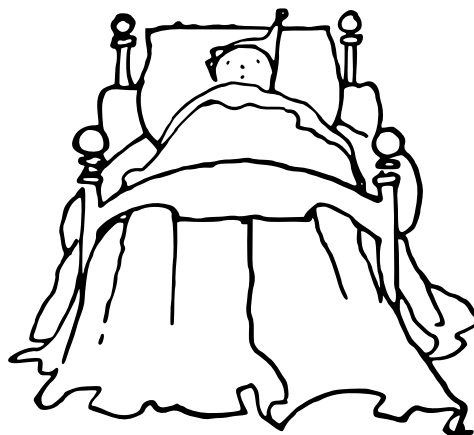
***Je suis sûr(e) que vous avez vraiment hâte de savoir ce que raconte le spectacle Lou dans la nuit. Ouvrez grandes vos oreilles, cette fois-ci.***

Prendre le temps de lire le résumé lentement avec une voix posée pour qu'ils assimilent chaque élément à leur rythme.

***À votre avis, quelles sont les émotions que Lou va ressentir? Pourquoi? Et vous? Est-ce que ça vous arrive d'avoir peur?***

Selon les réponses des enfants et ce dont ils ont envie de parler, vous pourrez continuer à "rêver le spectacle" tous ensemble. Vous leur direz aussi qu'ils en sauront plus le jour du spectacle, qu'il va falloir patienter un peu...

Vous pourrez leur dire combien de nuits il reste avant la sortie au théâtre pour les aider à patienter.



# ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

TROISIÈME TEMPS  
**Faire** des activités en lien  
avec le thème  
*Durée : 35 minutes*

Nous allons suivre les aventures de *Lou* qui explore sa maison la nuit pour la première fois. Confrontée à ses peurs, elle devra faire preuve de courage pour aller au bout de son périple.

Le grand thème du spectacle est **l'apprivoisement des peurs**.

Mais au fait, qu'est-ce que la peur?

La peur est une émotion que nous ressentons en présence d'un danger réel ou imaginé. C'est un sentiment qui existe depuis la nuit des temps et qui fait partie intégrante de la survie des humains et des animaux. La peur est donc une émotion qui peut être très utile, car elle sert à nous protéger.

Chez les enfants, l'émotion de la peur est courante et évolue au cours de leur développement. Elle est souvent amplifiée par leur imagination et leurs perceptions. Dormir dans le noir, se déplacer dans la maison la nuit, entendre des bruits inconnus, autant de choses qui peuvent engendrer de l'angoisse en plus du sentiment du peur.

*Lou dans la nuit* parle de ces peurs-là, celles qu'on n'explique pas toujours, celles que notre imagination déforme, celles qui sont en décalage avec la réalité, celles que nous voulons apprivoiser et avec qui nous rêvons de danser pour nous sentir en paix.

Nous vous proposons trois activités pour aborder ce thème avec les enfants et ainsi encore mieux les préparer au spectacle.

# ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

## ACTIVITÉ 1 - Partager ses peurs sans jugement

Durée : 15 minutes

***Dans le spectacle, Lou va être confrontée à ses peurs. Et vous? En avez-vous? De quoi avez-vous peur?***

Prenez les réponses des enfants et écrivez/dessinez chaque peur au tableau ou sur une grande feuille de papier. À chaque peur partagée, vous pouvez aussi demander aux enfants si cette peur est une petite peur, une moyenne peur ou une grande peur. Vous pourrez ajuster la grosseur des lettres ou des dessins en conséquence. N'oubliez pas de partager aux enfants une de vos peurs et de l'inscrire avec les leurs, ils sauront alors que les adultes peuvent avoir peur eux aussi. L'échange sera donc d'égal à égal. Une fois toutes les peurs nommées, n'hésitez pas à lancer une discussion avec les enfants.

Voici quelques exemples de questions :

***Qu'est-ce que la peur?***

***Est-ce normal d'avoir peur?***

***Est-ce que tout le monde a peur?***

***Pourquoi a-t-on peur?***

***Avoir peur peut-il être utile dans certaines situations?***

***Comment une grande peur peut devenir plus petite?***



Cette activité nous permettra de nous rendre compte que :

- Nous avons tous des peurs
- Nous pouvons avoir les mêmes peurs que d'autres ou des peurs différentes
- Nous pouvons ressentir de petites, de moyennes ou de grandes peurs

# ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

## ACTIVITÉ 2 - Jouer avec l'émotion de la peur

Durée : 15 minutes

Demandez aux enfants de se disperser dans l'espace et d'imaginer que l'émotion de la peur se situe entre 0 et 10. Chaque fois que vous dites un numéro, ils jouent le niveau de peur qui correspond. Vous pouvez commencer à dire les numéros de 0 à 10, puis de 10 à 0, et ensuite dans le désordre pour rendre le jeu encore plus amusant!

Vous pouvez aussi leur proposer d'inventer des situations pour chaque niveau.

- 0 : Absence de peur
- 1 : Peur microscopique
- 2 : Minuscule peur
- 3 : Très petite peur
- 4 : Petite peur
- 5 : Peur moyenne
- 6 : Grande peur
- 7 : Très grande peur
- 8 : Énorme peur
- 9 : Gigantesque peur
- 10 : Peur phobique



Cette activité permettra de :

- S'amuser avec la peur grâce au théâtre
- Lâcher son fou
- Reconnaître ce qui se passe dans le corps quand on a peur

# ACTIVITÉS DE PRÉPARATION

## ACTIVITÉ 3 - Respirer pour se détendre

Durée : 5 minutes

**Quand on a peur, que peut-on faire pour s'apaiser? Avez-vous des astuces à partager?**  
(Recueillir quelques réponses.)

**Souvent quand on a peur, la respiration s'accélère. On peut commencer par essayer de la ralentir.**

La respiration en 4 temps :

**Mettez-vous dans une position confortable. Paumes des mains vers le haut. Yeux fermés.**

- 1 - Inspirez en comptant jusqu'à 4**
- 2 - Retenez votre souffle en comptant jusqu'à 4**
- 3 - Expirez en comptant jusqu'à 4**
- 4 - Retenez votre souffle en comptant jusqu'à 4**



**Répétez la séquence 4 fois.**

Les premières fois que vous proposerez l'exercice aux enfants, comptez à voix haute pour les aider à se repérer et pour qu'ils puissent se concentrer sur leur respiration. Quand ils l'auront fait plusieurs fois, vous pourrez essayer de faire l'exercice en silence. Ils devront alors compter dans leur tête. Vous pouvez pratiquer l'exercice à tout moment de la journée ou même créer un rituel. Vous verrez qu'au bout d'un moment, les enfants le feront par eux-mêmes.

Cette activité permettra :

- D'être ancré dans le moment présent
- D'être connecté à sa respiration
- De découvrir un outil concret pour se détendre

# ACTIVITÉS DE RÉTROACTION

Nous vous proposons d'enrichir l'expérience de vos élèves **en trois temps**, idéalement dès le lendemain de la sortie.

## 1-Apprécier le spectacle



Objectifs :

- Développer le regard critique chez l'enfant
- L'aider à mieux connaître ses goûts
- Lui apprendre à argumenter

## 2 - **Philosopher** sur la fin du spectacle



Objectifs :

- Prendre un temps commun pour penser
- Permettre aux enfants de donner leur opinion
- Faire résonner le spectacle de façon profonde

## 3 - **Laisser une trace** de leur expérience



Objectifs :

- Faire vivre le spectacle même après la représentation
- Partager leur expérience théâtrale avec leurs parents
- Garder un souvenir de leur expérience



# ACTIVITÉS DE RÉTROACTION

## PREMIER TEMPS **Apprécier le spectacle** *Durée : 15 minutes*

Juste après le spectacle, il est nécessaire de laisser aux enfants le temps que cette expérience se dépose en eux. Nous vous suggérons de laisser passer la journée et de faire un retour le lendemain.

Ce moment de retour est précieux. Il permettra aux enfants d'exprimer leur ressenti après cette rencontre avec l'art vivant.

Ici, on accueille toutes les opinions. Les enfants ont le droit de ne pas avoir aimé certains aspects du spectacle et, si c'est le cas, on va leur donner un espace pour expliquer pourquoi. Cette approche permettra aux enfants de pratiquer leur argumentation, d'aiguiser leur regard critique et de réaliser qu'ils peuvent avoir des opinions différentes de celles des autres.

Voici des exemples de questions qui favoriseraient ce moment d'échanges :

- **Comment avez-vous vécu votre expérience d'hier?**
- **Comment vous êtes-vous sentis pendant le spectacle?**
- **Avez-vous vécu des émotions? Lesquelles?**
- **À quel moment avez-vous vécu le plus d'émotions?**
- **Avez-vous aimé vivre des émotions?**
- **Y a-t-il quelque chose que vous avez spécialement aimé?**
- **Y a-t-il quelque chose que vous avez moins aimé?**
- **Y a-t-il un moment que vous avez préféré?**
- **Qu'aimeriez-vous dire à l'artiste qui a inventé cette histoire?**





# ACTIVITÉS DE RÉTROACTION

## DEUXIÈME TEMPS

### Philosopher

sur la fin du spectacle

Durée : 30 minutes

Les enfants sont de grands philosophes! Offrez-leur un temps pour penser. Durant ce temps, nous vous suggérons de rester neutre, de faire circuler la parole pour que chacun ait la place pour partager sa pensée.

***Vous rappelez-vous de la fin du spectacle?***

***Le narrateur prend la parole une dernière fois et dit :*** (Lire le texte à voix haute aux enfants.)

Tout ce que Lou savait  
C'est qu'à partir de ce soir-là  
Elle n'avait plus jamais été la même.  
Pourquoi?

Elle n'avait plus besoin de lumière  
Pour dormir.



***Pourquoi Lou n'est plus la même à la fin de l'histoire?***

***Que s'est-il passé en elle?***

***Pourquoi elle n'a plus besoin de lumière pour dormir?***

***Que s'est-il passé avec ses peurs? Est-ce qu'elles ont complètement disparu?***

***Peut-on avoir peur et être courageux en même temps? Pourquoi?***

***Que veut dire apprivoiser ses peurs?***

***Avant le spectacle, on a fait un jeu où on a nommé nos peurs. Si on voulait apprivoiser nos peurs nous aussi, que pourrait-on faire?***

# ACTIVITÉS DE RÉTROACTION

## TROISIÈME TEMPS

**Laisser une trace**  
de leur expérience  
*Durée : 30 minutes*

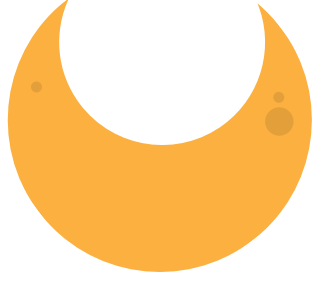
Pour continuer à faire vivre le spectacle dans le quotidien des enfants, nous vous suggérons de leur offrir un temps pour créer un dessin en lien avec l'histoire. Cela permettra aux enfants de s'exprimer autrement que par la parole. Vous pourrez exposer leurs œuvres que les parents pourront éventuellement voir. En ayant cette référence visuelle, le dialogue sur l'apprivoisement des peurs restera ouvert le reste de l'année, ce qui aidera les enfants à en parler librement s'ils en ressentent le besoin.

Voici quelques idées d'œuvres à réaliser :

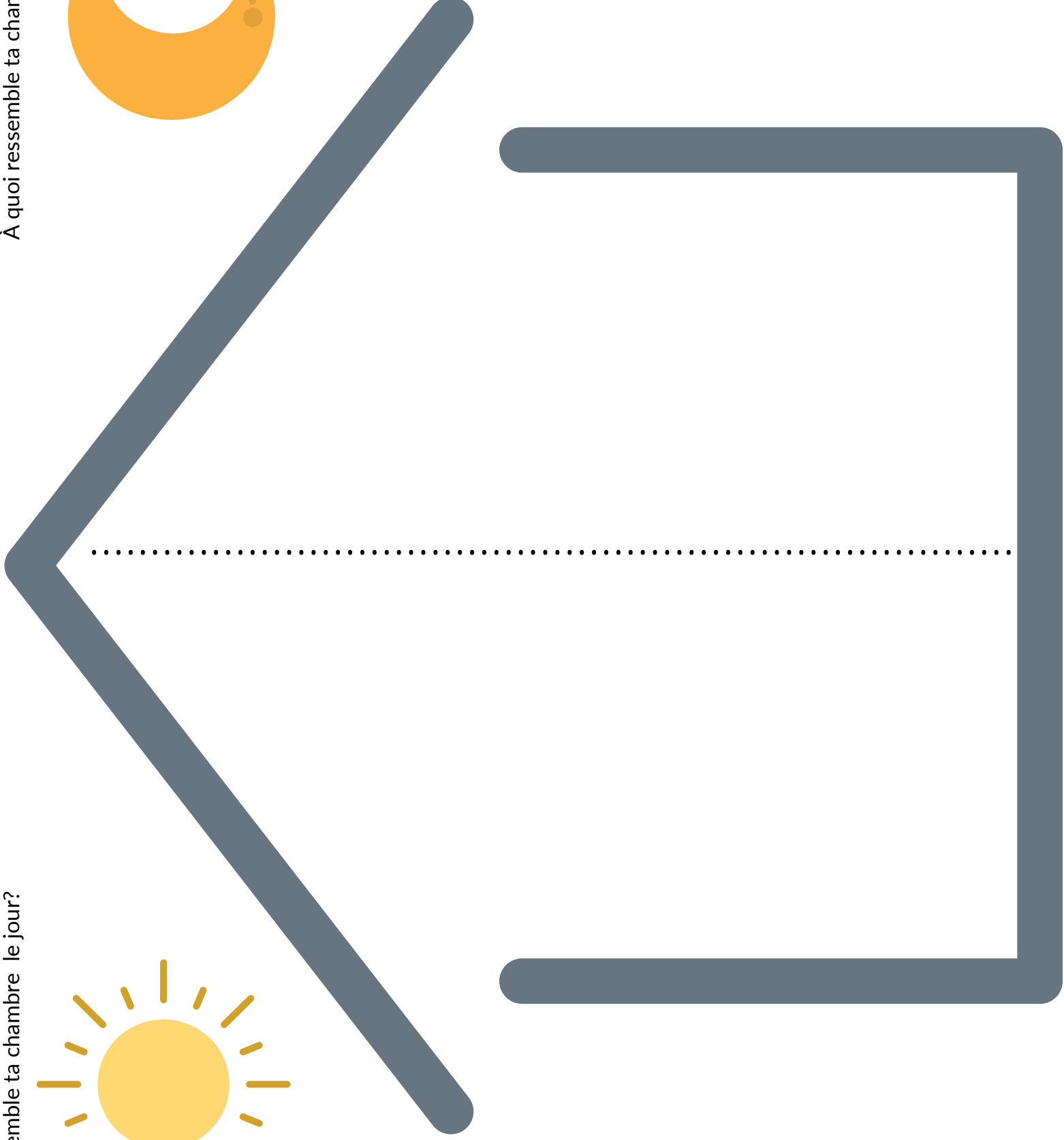
- Dessiner quelque chose qui nous fait peur
- Dessiner cette même peur en utilisant l'humour :  
*Si cette peur se transformait en personnage drôle, à quoi ressemblerait-elle?*
- Se dessiner en train de jouer ou de danser avec cette peur
- Dessiner le visage de *Lou* au début de l'histoire puis à la fin de l'histoire
- Dessiner son moment préféré du spectacle
- Dessiner notre chambre le jour et la nuit (voir modèle à la page suivante)



À quoi ressemble ta chambre la nuit?



À quoi ressemble ta chambre le jour?



# POUR ALLER PLUS LOIN...

Voici quelques références qui vous permettront d'aller plus loin dans cette thématique :

## ARTICLES

*Peurs enfantines mais pas anodines*, sur le site [naitreetgrandir.com](http://naitreetgrandir.com)

*Comment expliquer la peur chez l'enfant*, sur le site [enfant.com](http://enfant.com)

*Les trois origines des peurs des enfants*, sur le site [les-supers-parents.com](http://les-supers-parents.com)

## LIVRES

*Psychologie de la peur*, de Christophe André

*Peur de rien, peur de tout... L'enfant et ses peurs*, du CREA (Centre de recherche sur le développement de l'enfant et de l'adolescent)

## LIVRES JEUNESSE

*Loulou à l'école des loups*, de Grégoire Solotareff

*La nuit le noir*, de Catherine Dolto et Colline Faure-Poirée

*L'enfant qui avait peur du noir*, d'Emma Yarlett

*Quand tu dors...*, de Delphine Chedru

*J'aime mes cauchemars*, de Séverine Vidal et Amélie Graux

*Mika l'ourson a peur du noir*, de Yann Walker

*Va-t'en, grand monstre vert!*, d'Ed Emberley

*Des mots pour la nuit*, d'Annie Agopian et Albertine



# NOUS JOINDRE



## LE THÉÂTRE DES CONFETTIS

310, boul. Langelier, bur. 303  
Québec (Québec) Canada G1K 5N3

Téléphone : 418 648-6448  
[info@theatredesconfettis.ca](mailto:info@theatredesconfettis.ca)

Si vous avez des questions ou des commentaires concernant ce cahier d'accompagnement ou si vous avez envie de nous partager comment les enfants ont vécu leur expérience, contactez-nous.

Nous serons ravis de prendre un temps avec vous pour échanger.

