

LA COMPAGNIE LES MÉGÈRES DE L'HUMUS PRÉSENTE



# GRESILHETTE & LA SALIMONDE

Spectacle jeune public dès 6 ans - Conte et théâtre d'ombres - 40 min





# SOMMAIRE

Grésilhette & la Salimonde	3-5
La Langue Occitane	6
Extrait	7
Les Mégères sont passées par là...	8
Article de Presse	9
Livre d'Or	10-11
Les Mégères de l'Humus	12-13
Les Artistes	14-16
Contacts	17





# GRESILHETTE & LA SALIMONDE

Spectacle jeune public dès 6 ans - 40 min

Le spectacle aborde le thème de l'écologie de façon ludique. C'est un conte théâtralisé avec une esthétique merveilleuse et intemporelle qui s'inspire de la légende de La Salimonde : sorcière de la Montagne Noire qui vit dans une grotte. Une fois par an, au milieu de l'hiver, tout le monde l'entend. S'iels entendent des pleurs, les villageois.e.s savent alors qu'iels doivent encore rester bien au chaud. S'iels entendent une mélodie de flûte, iels savent alors que les beaux jours reviennent. Cette année là, La Salimonde pleure ! Au village, c'est la catastrophe ! La météo est instable.

Les températures oscillent entre  $-20^{\circ}$  et  $+40^{\circ}$  et les villageois.e.s sont désemparé.e.s. Grésilhette, un.e enfant du village, décide d'aller demander de l'aide directement à la sorcière. Iel va être la première humaine à approcher La Salimonde...

On sillonne les sentiers de la montagne en compagnie de l'enfant. Grâce à sa spontanéité, son bagou et sa franchise, iel entraîne personnages et spectateur.rice.s dans son aventure.

“Dibesso de la Luno,  
Te'n pregiu  
Torno-lous a la vido.”

La Salimonde



Format Théâtre d'Ombres - Résidence artistique au théâtre de l'Éden à Sénas - février 2026





Grésilhette permet la rencontre de ces deux mondes autour des mêmes questionnements : Comment pallier les conséquences néfastes que peut avoir le dérèglement climatique ? Et quelles sont les responsabilités qui incombent aux personnages ?

Pour jouer en extérieur, nous vous proposons le **format sieste contée** dans lequel les comédiennes accueillent leur public dans une ambiance chaleureuse et intimiste avec comme seuls outils leur voix et leur regard.

Pour jouer en intérieur, nous vous proposons le **format théâtre d'ombre** qui apporte une dimension magique et surnaturelle aux deux personnages, ancrés dans les décors et la structure scénique du théâtre d'ombres.

Interprétation : Estelle Doumeng, Suzie Idlas  
Écriture, mise en scène : Sabine Rance & Suzie Idlas  
Accompagnement : Anne Spielmann



Format Sieste Contée - Festi'Bulles à Sigean - septembre 2024



Format Sieste Contée - Pays'en Bio à Castelnaudary - septembre 2024





Format Théâtre d'Ombres - Résidence artistique au théâtre de l'Éden à Sénas en février 2026





# LA LANGUE OCCITANE DANS LE SPECTACLE

L'intégration de la langue occitane dans le spectacle est venue comme une évidence. Langue interdite pendant des années, elle symbolise aujourd'hui la richesse culturelle du territoire de la Salimonde.

**L'integracion de la lenga occitana dins l'espectacle es venguda coma una evidéncia. Lenga interdita pendent d'annadas, simbolisa uèi la riquesa culturala del territòri de la Salimonda.**

Les deux comédiennes délivrent sur scène un chant révolutionnaire occitan acapella. Médium séculaire de communication, le chant apporte une agréable sensation de fraîcheur. Il permet aux spectateurs de faire une pause sans entracte. Fermer les yeux, reprendre sa respiration, sourire.

**Las doas comedianas desliuran sus l'empont un cant revolucionari occitan a capella. Mejan secular de comunicacion, lo cant mena una agradiva sensacion de frescura. Permet als espectators de faire una pausa sens entracte. Tampar los uèlhs, tornar prene lo buf, faire riseta.**

"Gresilhette et la Salimonde" vous invite à renouer avec vos racines.

**"Gresilhette e La Salimonda" vos convida a tornar trapar las rasigas vòstras.**

Traduction : L'Alan Roch





# EXTRAIT

CONTEUSE : Ici s'élançe vers la forêt et prend le petit chemin qui descend jusqu'au Grésilhou. Ici longe la rivière, passe un petit pont de bois, et là, une douce lumière dorée apparaît ; ce sont des lucioles, elles la guident dans la pénombre. Devant les yeux de Grésilhette un monde enchanté apparaît. Les feuilles des arbres sont toutes bleues de givre. Des guirlandes de perles de rosée gelées habillent les troncs. Le sol scintille sous une fine couche de glace qui craque sous son poids. Grésilhette s'arrête net. L'ancre de la Sorcière est là, plongée dans le noir.

GRESILHETTE : Salimonde ! Je m'appelle Grésilhette, j'ai 8 ans, à la maison j'ai une grande collection de feuilles des arbres, j'adore le champignon et je n'ai pas peur de toi !

SALIMONDE : Qu'est-ce que tu fais là, petit insecte insignifiant ?! Comment oses-tu troubler ma quiétude ?

GRESILHETTE : Maquiétude ? C'est quoi ? Ça s'écrit comment ? Oh d'ailleurs, merci de m'avoir allumé les lucioles sur le chemin, c'était joliiii ! J'avais l'impression de marcher sur un miroir gelé... Oh ! Elle est rigolote ta barbichette, tu ressembles à une chèvre ! Huun ! Au village c'est la catastrophe ! Les bébés chèvres y meurent de froid et Juju, elle est fatiguée !

SALIMONDE : Et alors ? Que veux-tu que j'y fasse ?! Vous n'aviez qu'à faire attention à votre couche d'ozone !

GRESILHETTE : Buuurk ! La couche de qui ? Mais chuis pô là pour ça moi ! Ma mémé Nini, elle m'a dit que t'étais une sorcière avec des pouvoirs magiques ! Alors tu peux m'aider !





# LES MÉGÈRES SONT PASSÉES PAR LÀ...

## FORMAT THÉÂTRE D'OMBRES

**Salsigne, Sortie de résidence,** le 06/10/22

**Cuxac-Cabardès, Festival Contes en Montagne Noire,** le 15/10/22

**Carcassonne, Journée de soutien à la marche des Fiertés,** le 13/05/23

**Moussoulens, Plein air artistique,** le 04/11/23

**FEP d'Alzonne, Sortie de résidence,** le 23/11/23

**Ehpad Saint-Vincent-de-Paul à Montolieu,** le 07/12/23

**Cesseras, Scolaire et publique,** le 22/03/24

**Médiathèque de Bram, Scolaire,** le 29/03/24

**Salsigne, Des Livres & Vous,** le 26/04/24

**Bram, Domaine de Villarzens,** le 04/05/24

**Carcassonne, La Borieta,** le 30/11/24

**Roquefort-des-Corbières, Festival Scène d'Enfance,** le 21 & 22/03/25

**Blagnac, Accueil de loisirs Les Prés,** le 28/08/25

**A la médiathèque de Sénas, Sortie de résidence,** le 25/02/26

## FORMAT SIESTE CONTÉE

**Bram, Fête de l'Environnement,** le 25/05/24

**Sigean, Festi'Bulles,** le 28/09/24

**Castelnaudary, Pays'en Bio,** le 29/09/24





# ARTICLE DE PRESSE



Les deux comédiennes de la jeune troupe des *Mégères de l'Humus* (lesmegeresdelhumus.fr) proposaient, ce samedi 4 mai en fin d'après-midi, une découverte de leur création *Grésilhette et Salimonde* sur leur lieu de travail et de répétition, un espace aménagé dans la cave du Domaine de Villarzens.

L'histoire s'inspire des légendes de la Montagne Noire. La sorcière Salimonde donne la tonalité des saisons suivant son attitude le jour de la Chandeleur. La jeune Grésilhette a été recueillie et élevée par la grand-mère sur les rives du Grésilhou. Pour contrer le froid qui paralyse les troupeaux, puis les insectes qui ravagent les vignes, puis la montée de la rivière, la jeune fille sollicite le secours des pouvoirs magiques et efficaces de Salimonde. L'usage des

ombres chinoises rajoute du mystère au récit. Une pièce de théâtre doit s'achever sur un coup de... théâtre qui permettra d'en savoir plus sur l'identité de la sorcière aux jambes (ou : pattes ?) de chèvre !

Les comédiennes font preuve de vivacité et de dynamisme, d'inventivité et d'humour pour donner corps au récit, sans oublier les incantations et un chant en occitan qui rythment le conte. Petits et grands apprécieront ce moment hors du temps qui ne demande qu'à se renouveler sur les scènes audoises et ailleurs !

Ô. C.

Publié dans Lauragais - Montagne noire, Piège et du Lauragais, Bram, Aude  
Thématiques : Villes / Villages

“Mais euuuh... Billie  
le bouc il a encore  
le nez qui coule...”

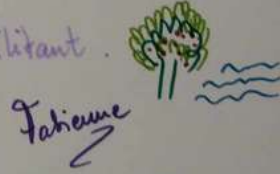
Grésilhette





# LIVRE D'OR


Merci pour ce conte militant.



Des talents de comédiennes à n'en pas douter  
ainsi que d'écriture !  
C'était beau et chouette.  
Magnifique chorégraphie ombresque !  
Bravo & merci ♡  
Ambre depuis La Borie

C'est un très beau spectacle,  
très bien joué et très  
captivant grâce à vos talents  
conjugués. Continuez comme cela!  
Christophe

J'ai adoré  
le spectacle



Merci  
des gens  
Bibous  
Ewen et Noémie

Merci pour ce très beau spectacle, ce temps de partage  
et d'émotions. Très beau texte et mise en scène.

Léa      Stéphanie      ~~Alain~~





# LIVRE D'OR

C'était trop trop bien.  
J'ai adoré quand elle voulait  
faire cuire le coq - ♥

Très beau spectacle ...  
Continuez pour notre  
plus grand plaisir

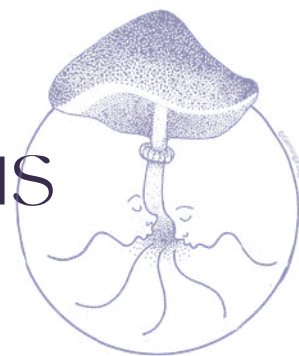
Bonjour, merci pour cette séance, c'était  
génial, merci beaucoup j'ai adoré. Le  
théâtre des ombres était génial. merci pour  
tout. A bientôt j'espère

Boise

♥ ☆ ♥  
♥  
Merci ♥  
☆ ♥ ☆  
♥ ♥ ☆ ♥



# Les Mégères de l'Humus



Les Mégères de l'Humus est une compagnie de théâtre éco-queer, féministe et arTiviste. Elle voit le jour en 2022 sur le territoire audois grâce à la rencontre fortuite de Suzie, Sabine, Marie et Delphine. Toutes les 4 sont en constante réflexion, elles observent et questionnent le rapport qu'elles ont au monde.

Sabine et Suzie sont comédiennes et sont à l'origine du projet des Mégères de l'Humus. Elles pratiquent un théâtre de l'intime et proposent aux spectateur.rice.s un voyage qui l'implique dans l'acte théâtral. C'est autour d'une envie forte d'ancrage, d'échange, d'indépendance et de beauté, qu'elles se sont retrouvées. Delphine et Marie, elles, sont deux amoureuses de la culture et ont décidé de soutenir Sabine et Suzie en créant la structure d'accueil adaptée : l'association loi 1901 Les Mégères de l'Humus.



La compagnie a été créée pour deux raisons essentielles : travailler à notre rythme et faire nos propres créations. En effet, nous ne nous sommes jamais identifiées à la dynamique de cette société capitaliste et patriarcale qui valorise la productivité, la richesse et la domination. Pour protéger notre santé mentale et physique nous avons décidé de nous extraire de ces schémas en valorisant plutôt la créativité, le soin et la lenteur. Faire du spectacle vivant est notre manière à nous de militer dans la joie et la bonne humeur. Sur scène, nous voulons parler des sujets qui nous tiennent à cœur en toute liberté.



Et ce qui nous tient à cœur c'est de dénoncer et lutter contre toutes les oppressions systémiques. Rien que ça. Alors nous nous nourrissons intellectuellement, politiquement, socialement, humainement pour transmettre tout ce que nous apprenons aux petit.e.s et aux plus grand.e.s. Nous nous éduquons avec l'aide de notre public et nous réinventons des espaces dédiées aux relations intergénérationnelles.

“Il est essentiel de  
prendre le temps de  
prendre le temps.”

Les Mégères

Enfin nous osons construire le monde professionnel et artistique bienveillant dont nous rêvions depuis toujours. Alliant fantaisie et poésie, humour et sensibilité, les Mégères de l'Humus cultivent un univers politisé, touchant et merveilleux. Nous faisons partie intégrante de cette nature et nous l'oublions si vite, toustes accaparé.e.s par nos rythmes effrénés. Mais ne vous inquiétez pas car nous sommes là pour vous faire ralentir la cadence, vous apporter réconfort, joie et de quoi vous remplumer pour vos futures luttes. Et oui car nous sommes Les Mégères de l'Humus ; nous papotons et œuvrons pour un monde chaque jour un peu plus doux et juste. Enfin, nous faisons de notre mieux et à notre échelle.

Delphine, Marie, Suzie & Sabine





# LES ARTISTES

## Estelle Doumeng

Carcassonnaise de naissance, Estelle découvre le théâtre au lycée dans la région audoise, et éprise de cet art, elle se forme au métier de comédienne à Montpellier où elle est imprégnée de théâtre, de chant et de danse pendant 3 ans.

“Exister c’est oser se jeter dans le monde.”

Simone de Beauvoir



Estelle se tourne vers le jeu face caméra au travers de plusieurs courts métrages en passant par l'apprentissage de la cascade et du mime. Elle jongle donc avec toutes ces cordelettes artistiques en accordant une réelle importance à la voix et à l'expression corporelle dans son travail d'artiste. L'étude du mouvement lui a permis de rejoindre des projets en comédie musicale et en scène de combat.

Elle travaille avec plusieurs compagnies de théâtre en Occitanie en jouant un spectacle jeune public qui parle de l'identité de genre avec lequel elle est partie en tournée en France et au Maroc.

Aujourd'hui, Estelle travaille en ce moment sur un spectacle poétique en cours de création et à rejoint en 2025 la compagnie Les Mégères de l'Humus avec laquelle elle a la joie de partager une histoire contée.





# LES ARTISTES

## Suzie Idlas

Suzie est comédienne et conteuse. En 2011 elle passe son baccalauréat littéraire en option lourde théâtre au Lycée René Cassin à Arpajon (91).

Depuis 2009, elle joue dans plusieurs créations entre l'île de France, Toulouse et l'Aude. En 2015, elle se forme à la langue des signes à l'IVT à Paris et en 2020 à l'art de conter au Théâtre de la parole à Bruxelles.

“Je veux juste la terre que j’adore.”

Vita Sackeville-West,  
Testament

Suzie est aussi autrice. Elle écrit un recueil de poésies “l'Esquisse Folle” qui retrace son parcours de jeune adulte dans un monde patriarcal. Elle est publiée dans les recueils n°2 et n°3 du collectif Format Papier basé à Lausanne.

En 2018 elle écrit une pièce de théâtre “Ta boue” qui parle des rapports toxiques dans les relations hétéronormées.

Elle expérimente le milieu du cinéma dans plusieurs domaines : voix off - comédienne pour un court métrage et réalisatrice principale pour le tournage d'une web série.

C'est en 2022 que Suzie se lance à la découverte de sa pleine créativité en travaillant au sein de la compagnie de théâtre Les Mégères de l'Humus.

Elle crée notamment le spectacle «Grésilhette et la Salimonde» coécrit avec sa collègue Sabine Rance.





# LES ARTISTES

## Sabine Rance

En 2009, après l'obtention de son CEM en formation musicale et instrumentale (hautbois), Sabine s'oriente vers des études plus théoriques.

En 2015, une Licence d'art du spectacle (théâtre) en poche, elle se tourne à nouveau vers la pratique et intègre l'Ecole Claude Mathieu - Arts et Techniques de l'acteur. Elle y approfondira ses qualités de danseuse, musicienne et comédienne.



“Elle savait qu’on se remet de tout. Un peu de traviole, mais on repart.”

Virginie Despentès,  
Apocalypse Bébé

  <https://sabinerance.book.fr/>

Durant toute l'année 2019 Sabine se consacre à l'art photographique en tant que modèle en menant des projets artistiques en partenariat avec les élèves des Gobelins.

De 2020 à 2023, elle tourne, dans les collèges de la région Ile de France, et Orléans, avec la compagnie de théâtre forum, Nomad'i Serane.

Depuis Septembre 2020, elle est, tour à tour, régisseuse, comédienne et réalisatrice sur le projet cinématographique Concompliqué. Actuellement, elle travaille au sein de la compagnie Les Mégères de l'Humus en tant que comédienne, conteuse et metteuse en scène.





# NOUS CONTACTER...

...Pour tout renseignement, fiche technique & tarif du spectacle.



## **Diffusion**

Maëlle Prévôt : 06.16.24.21.32

Yaniss Moutaoukil : 06.25.59.25.20

## **Responsables communication et artistique**

Suzie Idlas & Sabine Rance : 06.95.19.25.35

 [compagnie@lesmegeresdelhumus.fr](mailto:compagnie@lesmegeresdelhumus.fr)

 Cie Les Mégères de l'Humus

 @Lesmegeresdelhumus

 Cie LES MEGERES DE L'HUMUS

7 rue du 19 mars 1962

11170 MOUSSOULENS

Association loi 1901 / APE – 9001Z / SIRET – 917 798 191 00016  
Licence entrepreneur du spectacle : L-D-22-7087

