

Isabelle BOUCHEX

# Histoires à croquer

Des oreilles au bout des pieds







# Histoires à croquer

des oreilles au bout  
des pieds!

## Note d'intention

Quand on commence par être cuisinière de profession et de passion, quoi de plus normal une fois devenue conteuse que de se diriger vers des contes gourmands ? La cuisine est mon langage, les contes à croquer font partie de mon histoire personnelle et j'ai toujours autant de joie à les partager.

Une bonne histoire, c'est comme une bonne recette : quelle qu'en soit l'origine, elle s'adapte au territoire où on la porte, elle se pare des saveurs de celle ou de celui qui se l'approprie. Ainsi ai-je conçu ce spectacle, comme un menu de contes d'ici et d'ailleurs, accommodés à ma manière, et sans cesse réinventés avec le public.

## Synopsis

Si les papilles  
ont des oreilles,  
alors tout est possible :  
un gâteau  
peut sauver un roi,  
un bonhomme d'épices  
se chauffer de réglisse,  
une sorcière  
inventer la soupe  
préférée des parents.  
On peut même croiser  
un escargot sur un cerisier  
et une orange  
dans un soulier.

## Contenu

---

Pour les personnages de mes histoires, la gourmandise est tout sauf un vilain défaut. Il est parfois une malicieuse façon de tromper l'adversaire, ou une généreuse manière de concilier les opposés.

L'ours affamé prend de vitesse ses camarades trop bavards et déguste un miel bien mérité ; un roi sans goût ni palais est forcé de s'en remettre aux talents d'une fillette pâtissière et de son gâteau magique ; l'escargot gourmand se fait plus rapide que les saisons ; la jeune femme de l'ogre sauve sa peau en cuisinant l'amour...

Une galerie de portraits et de saveurs qui varie d'une représentation à l'autre, s'adaptant au public présent.

Le spectacle fait la part belle au jeu et à la voix : virelangues, chansons, allitérations, sonorités rythmées et jeux de mots font rouler les paroles en bouche comme des bonbons.



## Scénographie

---

Comme souvent dans mes spectacles, j'ai fait le choix d'une scénographie très simple, laissant toute la place à la voix, au geste, au regard directement offerts au public.

Des couverts en bois et quelques boîtes à biscuits disposées sur une table s'improvisent percussions. Un triangle et une senza complètent l'habillage musical. Une noix de coco attend son tour, servant parfois de support à une histoire pour les plus jeunes,. Pour le reste, une chaise, une table, une nappe, c'est l'heure : à table!



# Distribution

**Conception, récit, chant :** Isabelle Bouchex

**Regard extérieur :** Nicolas Dépagne

## Isabelle Bouchex conteuse chanteuse formatrice



Depuis une dizaine d'années,

Isabelle promène sa voix.

Voix qui murmure, chante, raconte.

Voix qui serpente de spectacle solo en chant collectif.

D'abord sur les sentiers de Savoie, sa patrie natale, puis dans les landes bretonnes, son pays d'adoption. Et partout où la mènent ses pas, dans les jardins, écoles, festivals, crèches, médiathèques, EHPAD, centres culturels..

Également formatrice en expression vocale, elle tisse ses spectacles comme ses ateliers, en chercheuse passionnée, explorant à l'infini le lien entre parole et voix, et la façon dont chaque voix exprime une couleur du monde.

Pour cette raison et par goût de la rencontre, elle s'adresse à tous les publics : bébés, enfants, adultes, personnes âgées.

### En quelques dates

2006-09 Formation initiale à l'art du conte avec Elisa de Maury, Annecy (74)

2011 Tutti Frutti et peau de banane, spectacle unique avec le collectif Les Hauts Parleurs, et alors. 23 conteurs sur scène, au Polaris de Corbas (69)

2012 Tournée au Maroc et Salon du Livre International de Casablanca

2013-17 Participation à 3 CD du collectif Les Haut Parleurs, et alors?

2017-19 Formation de formatrice en expression vocale, Ecole de la Voix Odile Wieder

2022 Publication de "Un chant dans la brume", conte illustré par Marcellin, éd L'OEuf.

### Spectacles petite enfance et jeune public

Et pourquoi pas ? (2010)

Coucou cadeau ! (2011)

Histoires à croquer (2012)

Entre demain et là-bas, duo avec Irène Ville (2013)

Petit Biscornu (2016)

Au bout des larmes (2017)

Dessine-moi le vent (2020)

### Spectacles adultes et public familial

Joyeux Noël Madame Michaux (2011)

Montagnes enchantées (2012)

Souper libre ou mourir (2014)

Pour un coquelicot (2016)

Sur les ailes du conte (2018)

Noël au chalet (2019)

Le poids d'un brin d'herbe (2023)



# Conditions de représentations

## TECHNIQUES

---

**Public** : familial dès 4 ans

**Jauge** : 80 spectateur.trice.s maximum.. Variable selon salle et sonorisation.

**Durée** : 50 à 60 min.

### Fiche technique :

**Sonorisation** : spectacle acoustique. Une sonorisation (micro HF serre-tête ou casque) peut être nécessaire pour une grande jauge et/ou en extérieur.

**Éclairage** : deux spots fixes + si possible, rampe d'éclairage sur fond de scène.

**Espace scénique** : dans l'idéal 3m x 4m. Adaptable à de plus petits espaces.

**Divers** : prévoir une loge chauffée avec point d'eau et accès aux toilettes.

**Montage** 1/2h. Démontage : 20 min

## FINANCIÈRES

---

**Cachet artistique** : me contacter (selon situation : embauche d'artiste via le GUSO ou vente de spectacle sur facturation)

*Forfait possible pour 2 représentations sur une même date.*

### Frais annexes:

**Déplacements** depuis Orgères (35): défraiement aller-retour selon barème kilométrique des impôts ou billet SNCF 2nde classe

**Repas** à prévoir en cas de journée complète ou de représentation en soirée : panier repas, ticket restaurant ou forfait défraiement.

**Hébergement** : Pour une représentation en soirée à plus d'une heure d'Orgères, merci de prévoir une chambre type standard.

**Déclaration SACEM** au cas par cas / Pas de déclaration SACD

## Dates de repré senta tions

### 2010 - 2015

Rodage des histoires, en apéros contés et balades d'histoires, en salles de restaurants, terrasses de cafés, jardins... de Savoie.

Création du spectacle sous sa forme contes, chansons, virelangues.

### 2015-2017

Représentations alpines : Restaurant Le Soleil d'Or (La Giettaz), Médiathèque Village 92 (La Léchère), Office de tourisme Notre Dame de Bellecombe, Accueil de loisirs 3POM (Fontaine)...

### Depuis 2017

Représentations bretonnes : Trém'Kafé (Trémargat), La Grange Théâtre (Thourie), Centre social des Champs Manceaux (Rennes), Accueil de loisirs La Chapperonnais (Betton), Médiathèque de Pleucadeuc, Festival Les Enfants Lalala...

# Action culturelle

---

## Atelier voix et chant adultes / adolescent.e.s

Pour aller à la rencontre de ses capacités vocales (chantées ou parlées) , prendre confiance dans son expression, s'amuser autour de textes et chants de gourmandise.

**Public :** tous niveaux. Aucun préalable musical requis.

**Durée :** 1 à 2h.

## Atelier chant parents-enfants

Pour partager un instant de chanson en toute simplicité, autour d'un répertoire de chants à mimer ou à danser, de comptines et jeux de doigts.

**Public :** enfants tous âges et leurs adultes

**Durée :** 30 min (enfants 0-3ans) ou 45 min (enfants 4 ans et plus)

## Atelier conte enfants

Pour créer collectivement un conte sur le thème de la gourmandise.

**Public :** enfants à partir de 5 ans.

**Durée :** 30 min à 1h30 en fonction de l'âge des enfants

**Tarif des ateliers :** selon projet. Me contacter

## Contact

« Il était une voix » Isabelle Bouchex  
38 Bas Serrière 35230 Orgères

[www.iletaitunevoix.com](http://www.iletaitunevoix.com)  
[ibouchex@free.fr](mailto:ibouchex@free.fr)  
06 86 07 57 25

