

SILENCE, ON LANCE !

Pièce d'après l'histoire vraie de la championne du monde de jonglage Françoise Rochais

Adaptée de son livre « Jongler à la vie, à la mort »



de Françoise ROCHAIS

avec Françoise ROCHAIS et Stéphane DELVAUX (Elastic)

Collaboration artistique: Elliot Jenicot, Cédric Chapuis, Stéphane Delvaux

Synopsis

SILENCE, ON LANCE !

« Qui vous a appris à jongler ? »

Mais pourquoi Françoise se sent-elle brisée toutes les fois qu'on lui pose cette question aussi anodine que légitime ?

C'est l'histoire d'une petite fille maltraitée par la vie dès l'âge de 5 ans.

Françoise, que rien ne prédestine au spectacle, se réfugie alors dans le jonglage.

Muette de culpabilité, les bâtons lancés sont désormais son langage pour se raconter et se faire comprendre.

En perpétuelle recherche de valorisation de soi, cette petite majorette deviendra même Championne du Monde de Jonglage.

Devenue femme, motivée par son envie absolue de vivre, entreprenant un long voyage vers la résilience, elle accorde son pardon pour pouvoir vivre en paix avec elle-même, tout en poursuivant son objectif le plus important – connaître l'amour d'un homme...

Cette pièce teintée d'espoir, d'humour et de poésie retrace des moments de vie parfois drôles, parfois tragiques.

Elle embarque le spectateur dans un tourbillon de sentiments, où le visuel est aussi puissant que les mots.

PRÉSENTATION DES ACTEURS/ARTISTES

Françoise Rochais

Jongleuse jusqu'au bout de l'âme depuis plus de 40 ans, elle a un palmarès international impressionnant.

Récompensée dans de nombreux Festivals de cirque comme celui du Cirque de Demain à Paris ou celui du Festival International du Cirque de Monte Carlo, elle a obtenu un Titre de Championne du Monde à Las Vegas...

Elle a également effectué de nombreux passages télévisés et travaillé dans les Cabarets et Diners-Spectacles d'une Trentaine de Pays dans le Monde !

Depuis 2017, elle incarne « Francesca » dans un duo de comédie et jonglage « El Spectacolo ! » avec son compagnon Stéphane Delvaux « Elastic » - spectacle international joué entre autre dans les centres culturels.

Dans « Silence, on lance ! », Françoise interprète son propre rôle, celui de cette jongleuse professionnelle mondialement reconnue, victime de violences sexuelles lorsqu'elle était enfant.



Stéphane Delvaux

Comédien humoriste visuel, cet autodidacte voit « la vie en rire » à travers le monde depuis plus de 30 ans. Créateur d'un personnage de scène intemporel au langage universel, connu sous le nom d'« Elastic », il a minutieusement et patiemment réglé ce « mécanisme de l'art de faire rire avec 3 fois rien ».

Programmé régulièrement en saison culturelle avec ses différents spectacles, « Artisto » et « Memento », cet humoriste s'est également produit dans des Festivals majeurs de théâtre, d'humour, de cirque ainsi que dans de nombreux passages télévisés.

Dans « Silence, on lance ! », il interprète des personnages colorés que Françoise a rencontrés dans sa vie, mettant ainsi en lumière le côté plus joyeux de son existence.

Il l'accompagne subtilement dans son témoignage bouleversant en y ajoutant une touche d'humour – humour indissociable de cette jongleuse aux molécules d'ADN de type « amour du rire ».



COLLABORATION ARTISTIQUE

Elliot Jenicot



Comédien, acteur et pensionnaire de la Comédie Française de 2011 à 2019, Elliot Jenicot est le quatrième belge à être engagé en tant que pensionnaire et le deuxième comédien en provenance du music-hall après Raimu.

En 1987 il commence sa carrière avec un numéro de music-hall international joué en duo.

De 1992 à 2011, il interprète différents seul-en-scène de renommée internationale.

Depuis 2012, il poursuit une carrière de comédien au sein de pièces de théâtre, de séries et de films.

Actuellement, il tourne « Les fous ne sont plus ce qu'ils étaient » d'après Raymond Devos et il incarne Ferdinand cheval dans la pièce « Le facteur cheval ou le rêve d'un fou » de Nadine Monfils.

Cédric Chapuis



Comédien, auteur et metteur en scène français.

Il s'est fait connaître suite au succès de son seul-en-scène «Une vie sur mesure» nommé au Molière du meilleur seul-en-scène en 2016.

Tantôt auteur, interprète et/ou metteur en scène de ses propres œuvres telles que «Si tout va bien je meurs demain», «23-F Côté Hublot», «Dans les draps de Morphée», «Au-dessus de la mêlée», ou encore «Alter Ego(s)», Cédric Chapuis choisit toujours ses sujets en fonction de la quantité d'humanité qu'il y décèle.

Il est également le fondateur de la Compagnie Scènes plurielles et co-directeur du théâtre des Lucioles à Avignon.

Quelques photos



MOT DE L'AUTEURE

« Silence, on lance ! », c'est ma façon à moi de participer au combat contre les violences sexuelles faites aux enfants, cette lutte ne devant jamais cesser tant que l'on s'en prendra à des enfants.

Cette pièce qui s'inscrit dans la continuité de mon livre « Jongler à la vie, à la mort », est mon témoignage scénique pour contribuer à la libération de la parole, premier pas incontournable vers l'espoir.

Emprisonnée dans ma boule du silence pendant plus de quinze ans, ce traumatisme guidant inconsciemment mes choix de vie, j'ai eu instinctivement recours à l'art visuel comme moyen d'exprimer ce que personne n'avait envie d'entendre. Le jonglage m'a sauvé la vie.

Avec « Silence, on lance ! », j'utilise finalement des mots sur scène, ce lieu que j'affectionne particulièrement depuis toujours, pour que tout le monde comprenne ce que j'ai déjà dit en jonglant.

Sur le long chemin de ma réparation personnelle, j'ai posé des actes tournés vers une intention de pardon, pour me libérer de ma haine envers mes agresseurs. Cela m'a permis de reprendre le contrôle de ma vie et non de la laisser être dirigée par cette haine qui ne détruisait que moi.

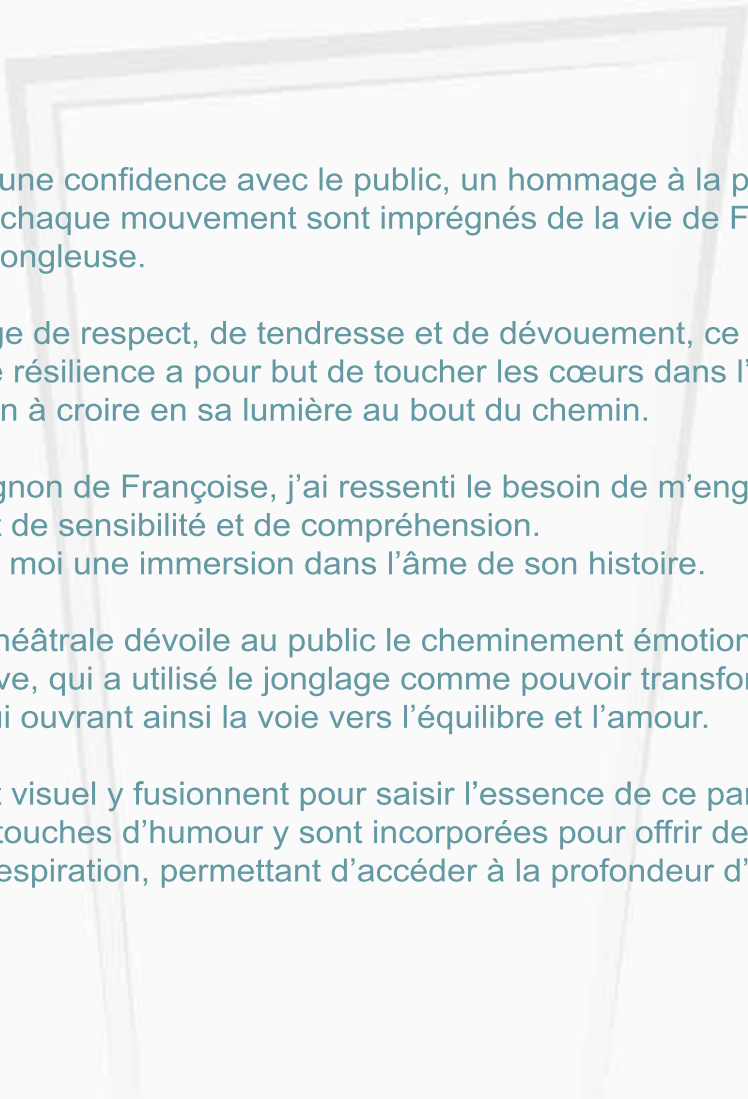
Ainsi, j'ai commencé à accéder à une paix.

Françoise Rochais





MOT PERSONNEL



Cette pièce est une confidence avec le public, un hommage à la persévérance. Chaque scène, chaque mouvement sont imprégnés de la vie de Françoise, une incroyable jongleuse.

Avec un mélange de respect, de tendresse et de dévouement, ce récit bouleversant de résilience a pour but de toucher les cœurs dans l'espoir d'inspirer chacun à croire en sa lumière au bout du chemin.

Étant le compagnon de Françoise, j'ai ressenti le besoin de m'engager avec un regard empreint de sensibilité et de compréhension. C'est donc pour moi une immersion dans l'âme de son histoire.

Cette création théâtrale dévoile au public le cheminement émotionnel de cette femme combative, qui a utilisé le jonglage comme pouvoir transformateur de sa propre vie, lui ouvrant ainsi la voie vers l'équilibre et l'amour.

Les mots et l'art visuel y fusionnent pour saisir l'essence de ce parcours émouvant. Les touches d'humour y sont incorporées pour offrir des moments plus légers de respiration, permettant d'accéder à la profondeur d'un sujet aussi délicat.

Stéphane Delvaux

LE PUBLIC EN PARLE



Jean Marie Poirier

Il y a tant à dire sur cette merveilleuse soirée...Une véritable performance d'actrice et d'acteur pour une cause grave, défendue avec dignité, porteuse d'une lueur d'espoir pour beaucoup. Magistral!! 🥰🥰



Claudia Lu

Merci à vous 🙏 Message d'espoir, spectacle avec des larmes, du rire, des frissons, plein d'émotions, de la beauté, du talent : un magnifique spectacle à conseiller à tous ❤️



Marc Gosselin

C'est un sans faute, spectacle touchant et bouleversant avec ces jolies parenthèses d'humour. Un court métrage dans les écoles serait certainement bénéfique. Encore Bravo



💎 Super fan

Marie-Noëlle Hersant

Allez-y ! Foncez !!! Et sachez que vous n'en ressortirez pas indemne(s)... 😊 Vous risquez d'être touché(s) par la grâce, la beauté, l'espoir, la gaieté, la poésie, la magie, la tendresse, qui parfois esquissent un pas de deux avec le chagrin, la colère, le désespoir ...



Virginie Rochais

C'était extraordinaire ! Un spectacle dont on ne sort pas indemne... un subtil mélange de tragique, d'humour et de jonglage, une main tendue, un chemin de résilience et d'espoir ! Françoise Rochais et Elastic Artisto sont incroyables.



Eric Manus

Que dire de cette prestation : on a ri, on a pleuré. De vrais acteurs. Bravo à vous les amis, [Elastic et Francesca](#)



Jocelyne Leroux

Merci pour ce beau spectacle touchant. Vous êtes émouvants tous les deux.



Jocelyne Erker

J'ai adoré le spectacle ! Émotion talent ! Courageux ! Bravo à tous les deux !



Geneviève Sourisseau

13 min · 🗣️

Il y a des spectacles qui vous font rire, pleurer, frissonner. Il y a des spectacles où l'on s'émerveille devant la grâce des acteurs. Il y a des spectacles qui ne vous laissent pas insensibles parce que soudain, ils vous évoquent un souvenir et peuvent vous replonger dans l'enfance.

Hier soir, j'ai assisté à un de ces spectacles : il se nomme « Silence, on lance » Avec moi, les spectateurs de la clé des champs ont été plongés dans l'univers de Françoise Rochais, championne du monde de jonglage, violée dans l'enfance.

J'ai ri, j'ai frissonné, j'ai eu envie de danser, de chanter surtout lorsque j'ai reconnu sa chanson préférée : « Donner lui la passion » de Linda Lemay, cette autre grande artiste dont je n'oublierai pas le passage au festival de Poupet. Ses paroles retentissent avec force dans l'histoire de Françoise : « Donnez-lui cette flamme, qui ne s'éteint jamais, qui survit même aux drames, les plus longs, les plus laids. »

J'ai senti les larmes couler sur mon visage, j'ai senti les larmes de mes voisins couler sur leur visage.

Françoise Rochais jongle avec son cœur et nous transporte à Las Vegas, en Chine, mais n'oublie pas ses origines Sablaises, son école au Lycée Saint Michel, son expérience au Puy du Fou, ses amis du [Festival de Poupet](#).

On s'émerveille devant un, deux, trois, quatre, cinq, six bâtons qui tutoient le ciel. Parfois, elle jette ses bâtons au sol, on sent alors la haine en elle ; chaque bâton qui s'écroule symbolise la blessure insupportable de l'enfant violée.

Entre ciel et terre, on se demande même comment après avoir vécu le pire, elle continue de sourire, arrive à faire la paix jusqu'à accorder son pardon à ses violeurs pour pouvoir avancer et choisir la vie.

La belle demoiselle aux ombrelles se libère, devient légère et rencontre l'amour avec un grand A.

Il s'appelle Stéphane, est clown mime et la scène finale qui met en lumière leur rencontre amoureuse fait tellement de bien.

Tout au long du spectacle, leur harmonie est touchante et tous, nous avions envie d'une Happy End qui mettrait fin au suspense pour ceux qui ne le savaient pas encore : Sont-ils amoureux dans la vraie vie ? Et bien OUI !

Même si on n'efface pas le passé, le chemin de Françoise est source d'espérance ; elle transmet son message et invite ceux qui, comme elle, ont peut-être vécu le pire, à parler.

Parler ou écrire, si comme elle, glisser les mots sur le papier semble plus facile qu'oser une parole...

Ce soir, à la clé des champs, les spectateurs ne s'y sont pas trompés. Touchés par l'histoire bouleversante de Françoise, séduits par le talent de Françoise et de Stéphane, ils se sont levés, avant même la fin du spectacle, pour ovationner le couple à qui on ne souhaite évidemment que du bonheur.

Longue vie à « Silence, on lance »



Philippe Chevalier

Magnifique, on est traversé par cette histoire très émouvante. Deux talents exceptionnels. Bouleversant. Merci fanfan et Stéphanie et encore bravo. 🥰🥰



Pascal Crepin

Superbe spectacle de l'émotion, du rire et des numéros de jonglage tout pour passer une bonne soirée. Bonne continuation.



Françoise Lionel Pagis

Vous avez su nous toucher au cœur sans débordement et avec sensibilité et équilibre, dans un autre registre. Bravo à vous deux pour cette superbe prestation. Toutes nos pensées Françoise et Lionel



Jean-luc Falbriard

Beaucoup d'émotions grâce à vos talents conjugués. Merci bises

DNA
10 mars 2024

Dernières
Nouvelles
d'Alsace

Strasbourg

Silence, on lance ! à l'Espace K

Stéphane Delvaux est un humoriste visuel et clownesque, Françoise Rochais est une grande jongleuse, championne du monde. *Silence, on lance !* s'appuie sur le récit autobiographique de Françoise qui évoque les viols subis enfant. Entre rires et larmes, humour et déchirement, ce spectacle transcende le traumatisme.

Avec ce spectacle, *Silence, on lance !* l'artiste de jonglage ancienne championne du monde sort du silence. Françoise Rochais l'avait déjà fait. Par écrit, dans un récit autobiographique paru en janvier 2022, *Jongler à la vie, à la mort* (éd. Max Milo).

Elle y dévoilait les viols dont elle a été victime à 5 ans par son grand-père, puis à 8 ans par son prof de jonglage. Françoise Rochais raconte surtout comment sa passion l'a aidée à surmonter ces traumatismes. Dès l'enfance, l'autrice se passionne pour le jonglage. Une discipline dans laquelle elle va se spécialiser. Jusqu'à devenir à force de ténacité et de courage championne du monde à 21 ans.



Françoise Rochais et Stéphane Delvaux de la C* Elastic.
Photo Anthony Billaud

Devenue femme, motivée par son envie absolue de vivre, elle entreprendra son long voyage vers la résilience. Au prisme de sa pratique artistique. Transcendant ses blessures d'enfant, elle accordera son pardon pour pouvoir vivre en paix avec elle-même.

En 2015, la jongleuse rencontre Stéphane Delvaux, un humoriste visuel et clownesque. Ensemble, ils créent des personnages attachants. Elastic, aussi burlesque que loufoque, et Francesca, une princesse de la jogle. Cette dernière lance et rattrape des accessoires improbables

dont des ombrelles, et des bâtons plus classiques.

Le visuel est aussi puissant que les mots

Avec *Silence, on lance !*, Françoise Rochais évoque son enfance saccagée et le jonglage devient un symbole de réparation et de réconciliation. L'histoire de l'artiste virtuose trouve son point culminant avec une rencontre inattendue, l'amour. Une nouvelle étape, cruciale, vers la paix intérieure.

Teinté d'espoir, d'humour et de poésie, le spectacle retrace des moments de vie parfois drôles, parfois tragiques. On passe du rire aux larmes, emportés par un tourbillon de sentiments, où le visuel est aussi puissant que les mots.

• Veneranda Paladino

Du 14 au 16 mars à 20h à l'Espace K, à Strasbourg. Durée : 1h10. À partir de 12 ans. Profitez du tarif kool à 15€ au lieu de 24€ en vente uniquement sur Internet jusqu'au 13 mars et au 5^e Lieu dans la limite des places disponibles.
www.espace-k.com

**ouest
france**
Les Herbiers Montaigu-Vendée
19 mars 2024

Silence, on lance ! une pièce personnelle et intense

Saint-Laurent-sur-Sèvre — Dans cette pièce parlée qui sera jouée vendredi, à La Clef-des-Champs, Françoise Rochais évoque son enfance violée, alors qu'elle était championne de jonglage.

Dans le cadre de la saison culturelle, les bénévoles de la commission culture, en partenariat avec le festival de Poupet, programment *Silence, on lance !* vendredi 22 mars.

Mêlant émotions, humour et performances, cette pièce, qui a nécessité cinq années de préparation, raconte l'histoire vraie de l'enfance violée de Françoise Rochais, championne du monde de jonglage, vers sa reconstruction via sa passion et son art maîtrisé du jonglage.

Cette pièce est une suite de *Jongler à la vie, à la mort*, livre qu'elle avait publié en janvier 2022.

« Cette pièce parlée, avec quelques scènes de jonglage, concourt à raconter, d'une manière complémentaire, l'histoire de cette jeune fille, moi en l'occurrence, victime de viols à 5 ans par son grand-père, et à 8 ans par son professeur de jonglage, et transmettre un vrai message d'espoir, confie Françoise Rochais.

Pour cette création originale, Françoise Rochais a souhaité associer son compagnon, humoriste visuel, Stéphane Delvaux, plus connu sous le pseudonyme d'Elastic. « Nous avons chacun une carrière d'artiste soliste, précise Françoise Rochais. Ce projet, j'avais envie de le partager avec lui sur scène. Je suis passée par plein d'émotions dans l'élaboration de cette pièce libératrice de parole. Le public s'immerge dans mon histoire, ce qu'elle a de dur, de tendre et d'espoir. Je me dis que si cette pièce peut aider quelqu'un au gré de nos représentations, le défi n'en sera que plus réussi. »

Vendredi 22 mars, à 20 h 30, salle La Clef-des-Champs, *Silence, on lance !* pièce théâtralisée et visuelle. Tarifs : 10 € ; 5 € pour les détenteurs du pass saison culturelle, pour les jeunes de 14 à 18 ans inclus ; gratuit jusqu'à 13 ans inclus. La pièce est déconseillée au moins de 12 ans. Réservations en mairie (tél. 02 51 67 81 44), ou sur le site www.festival-poupet.com, rubrique billetterie officielle. Vente de billets sur place selon disponibilités.



Après avoir passé trois jours de résidence artistique en terre saint-laurentaise, Françoise Rochais et Stéphane Delvaux joueront cette pièce personnelle intense et emplie d'espoir.
1 PHOTO : DR

SILENCE, ON LANCE !. Quand la jongleuse et le clown changent de registre

« Silence, on lance ! » est tirée de la véritable histoire de la championne du monde de jonglage Françoise Rochais, adaptée du livre « Jongler à la vie, à la mort ». Avec son compagnon Stéphane Delvaux, la Sablaise change de registre et monte sur scène.

L'histoire de Françoise Rochais a touché bien du monde, bien au-delà des Sables-d'Olonne. Nul n'imaginait la jeunesse qu'a vécue la Sablaise. La championne du monde de jonglage s'est confiée dans son récit autobiographique, « Jongler à la vie, à la mort ».

Le jonglage était un exutoire pour Françoise. Enfant violée à 5 et à 8 ans, elle s'est accrochée au jonglage pour survivre à ses démons. Son mal-être disparaît sur scène. Mais la Sablaise a eu besoin d'aller plus loin pour mettre des mots sur ses maux.

La scène, autrement !

L'idée, avant même le succès rencontré dans les librairies, c'est d'adapter le livre au théâtre, voire à la télévision. « C'est un long travail », disent en chœur Françoise Rochais et Stéphane Delvaux. « L'histoire, on l'avait, il fallait trouver la forme pour sortir de ce que l'on fait habituellement. On en arrive à cette pièce parlée, avec deux acteurs. Françoise a réécrit l'adaptation entre toutes nos dates de spectacles. »

Le couple se projette, seul, mais obtient de précieuses aides extérieures « d'artistes déjà



Stéphane Delvaux et Françoise Rochais ajoutent une corde à leur arc et ont beaucoup travaillé pour présenter « Silence, on lance ! ».

bien occupés. » Eliot Jenicot, membre de la Comédie Française, ami de Stéphane, connaît le parcours, lui aussi clown saltimbanque. « Il a été très intéressé par cette histoire de vie. Il nous a aidés à faire la transition et a guidé Françoise dans le jeu d'acteur. » Françoise Rochais apprécie : « J'ai tout pris de ce qu'il me disait. » Cédric Chapuis, nommé aux Molières en 2016, leur apporte un soutien sans faille. « Il est venu trois jours aux Sables-d'Olonne. »

Cinq ans de travail

« On y est. Ça fait cinq ans que j'y pense. Un peu plus puisque j'ai commencé à écrire le livre en 2015. Et dès 2019, on a posé les premières petites choses. Le Covid est passé par là et le livre est sorti en 2022. Mais en parallèle, on évoquait un spectacle, dans un premier temps, un spectacle visuel. » Françoise

Françoise et Stéphane sont prêts. « Notre spectacle est minimaliste, un décor simple, des costumes maison. » L'ami régisseur, le Sablais Alain Logeais, est prêt à lancer les artistes. « Sur scène, il y aura quelques chorégraphies de jonglage, mais surtout un message d'espoir. C'est la traversée d'une histoire vraie où Françoise joue son propre rôle. On a changé de catégorie ! » Le couple a prévu des moments de respiration, plus enjoués, parce que le spectateur parcourt la pièce avec la dureté qu'elle comporte.

« Saint-Laurent, une évidence »

Vendredi 22 mars, la salle de la Clé des Champs de Saint-Laurent-sur-Sèvre devrait être bien remplie pour la « première » vendéenne. « Ça a du sens pour nous de jouer là-bas. Nous sommes soutenus par le Festival de Poupet et sa filière Les envolées. Saint-Laurent-sur-Sèvre aussi. » Françoise y avait en effet trouvé refuge dans une famille d'accueil pour se retirer des Sables-d'Olonne et ses mauvais souvenirs, scolarisée à Saint-Michel de la 3^e à la Terminale. « Cette famille sera au spectacle. » Françoise les accueillera à bras ouverts.

● Laurent FOREAU

■ Réservations mairie de Saint-Laurent-sur-Sèvre ou www.festival-poupet.com

Les Sables-d'Olonne et Avignon en 2025

Très occupés par leur spectacle clownesque (Elastic et Francesca), Françoise et Stéphane peaufineront la mise en scène de « Silence, on lance ! » pour le présenter aux Sables-d'Olonne en mars 2025. Ce spectacle d'1h30 prendra ensuite la direction du Festival d'Avignon. Riche activité en perspective...



Un travail d'acteur pour la jongleuse et le clown !



Françoise Rochais se découvre actrice avec réussite.

Le livre de Françoise Rochais

JONGLER À LA VIE, À LA MORT

paru en janvier 2022 aux éditions MAX MILO



GALA MAGAZINE

Le parcours édifiant d'une enfant violée qui a dépassé son destin de victime.

Elle est gracieuse Françoise. Très. À tel point que ses miracles aériens – faire voler les objets entre ses mains – en font un personnage féérique.

Son témoignage exceptionnel parle d'un chemin qu'il est possible d'emprunter après avoir connu le pire.



LE PARISIEN

Françoise a envie de transmettre son parcours... donne des conférences sur la libération de la parole... parce qu'après le viol, le pire, c'est le silence.



LIBERATION

Celles qui s'en sortent exorcisent leurs démons notamment dans une passion, un art... Françoise... a trouvé son exutoire dans le jonglage.



MAXI MAGAZINE

« J'ai progressé en jonglage mais aussi en silences... La seule chose qui me donnait de la valeur, c'était de jongler toujours mieux. » Françoise



OUEST FRANCE

Françoise Rochais a débuté enfant comme majorette aux Sables. Puis elle a gagné de nombreuses récompenses... a voyagé à travers le monde. Pourtant, elle a caché derrière son sourire de scène, sa souffrance d'enfant violée.

JOURNAL DES SABLES

Françoise Rochais, championne du monde... elle se confie pour que la parole ne s'arrête pas.





CONTACT

Stéphane Delvaux - Françoise ROCHAIS

Belgique: +32 475 57 47 64 - France: +33 7 60 29 02 92
info@elasticetfrancesca.com - www.silenceonlance.com

Lorem ipsum

Avec le soutien de :

RirOlarmes ASBL, Jonglage85.FR, la Ville des Sables d'Olonne - l'ESPACE.K théâtre de Strasbourg - la Province de Liège - la Mairie de St-Laurent-sur-Sèvre - le Centre.Culturel de Welkenreadt - le Centre Culturel de Soumagne - Maindron Production - le Festival de Poupet

Un tout grand merci à :

Alain Logeais pour les lumières, Elliot Jenicot et Cédric Chapuis pour leur collaboration artistique, Thomas Maindron pour l'affiche et le visuel, ainsi qu'à : Françoise Nomballais, Savana Barreau, Stéphanie Barreau, Yvette Rondeau, Philippe & Christiane Maindron, Catherine Merle, Jean-Marc Closjans, François Birchler, Benjamine Huyghe, Lilla Chanteuse, nos familles, les éditions Max Milo et tous ceux qui nous soutiennent de près ou de loin depuis le début de ce projet.