

Trouver son corps avec le cirque adapté

Depuis novembre 2005, ZimZam propose un travail autour des arts du cirque, mêlant objectifs éducatifs, thérapeutiques et artistiques. L'association sportive intervient auprès d'institutions médico-éducatives, thérapeutiques, accueillant des enfants, adolescents et adultes en difficulté psychique, motrice et sociale.

Moulé dans son costume blanc, Pierre Laurent s'élanche sur le trampoline, rebondit, enchaîne sur une roulade et se relève face au public. Le corps tonique, le buste fier, les bras tendus vers le ciel, il a le regard chargé d'étoiles et le sourire rayonnant. Interprète du *Rocket Family Show*, spectacle de cirque burlesque, il se produit ce soir avec ses cinq compagnons à l'Embobineuse, salle alternative de théâtre et de concert à Marseille. Pour la plupart des spectateurs qui applaudissent à ses acrobaties et rient aux sketches ponctuant chaque numéro, IME (institut médico-éducatif), CAS (centre d'accueil spécialisé), SAJ (service d'accueil de jour), CPI (centre de pé-

parents constatent aussi qu'il est désormais moins renfermé et, capable de surmonter son appréhension, a enfin appris à faire du vélo.

Outil thérapeutique • Créée en novembre 2005, ZimZam vise à favoriser le bien-être des personnes en difficulté physique, psychomotrice et sociale par l'intermédiaire des arts du cirque. Manuel Cerutti, éducateur de jeunes enfants, et Marc Guyot, professeur d'activité physique adaptée, ont pendant cinq ans exercé bénévolement au sein de Cirqu'oui. L'association fait du cirque avec des gamins des rues en Albanie, au Niger, au Maroc et au Burkina Faso. Cette expérience les pousse à orien-

son corps et de son environnement spatio-temporel. Basée à Marseille, l'association intervient dans les Bouches-du-Rhône, dans le Vaucluse et dans les Alpes-de-Haute Provence. Les premières équipes éducatives à faire appel à leur savoir-faire exercent dans des IME, les hôpitaux de jour et autres centres d'accueil spécialisés ont suivi. Adultes, adolescents, enfants, 95 % des participants aux ateliers de ZimZam souffrent d'handicaps mentaux. À la demande d'un ITEP de Marseille, des sessions sont également organisées avec des adolescents n'ayant pour seul handicap que de vivre dans des quartiers sensibles. En 2008, Françoise Boutros, infirmière dans un centre de jour pour en-

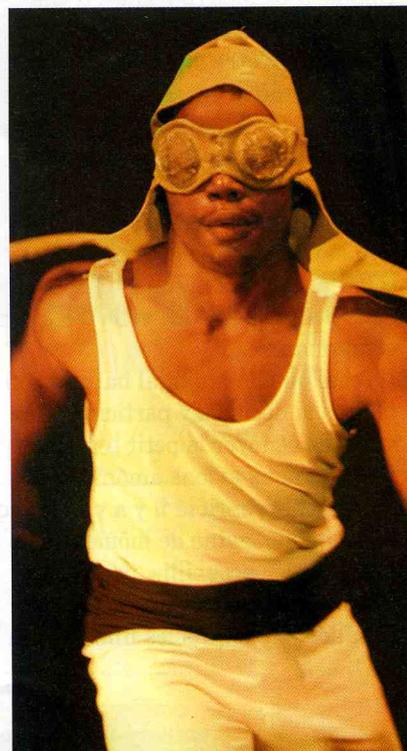
Pendant 45 minutes, il est un artiste avant d'être trisomique.

dopsychiatrie) ne sont que des sigles abscons. Pendant 45 minutes, il est un artiste avant d'être trisomique.

Dans le public, sa grand-mère, qui le voit pour la première fois sous ce jour, pleure d'émotion et de joie. Également là, ses parents craignent que leur présence vienne troubler sa concentration, mais l'ado reste dans son rôle. Deux ans plus tôt, Pierre Laurent a découvert cette passion grâce à ZimZam. « *Il fallait trois personnes pour le tenir quand on faisait une portée*, se souvient l'un des deux membres fondateurs de cette association de cirque adapté. *Maintenant, il y va et il joue.* » Ses

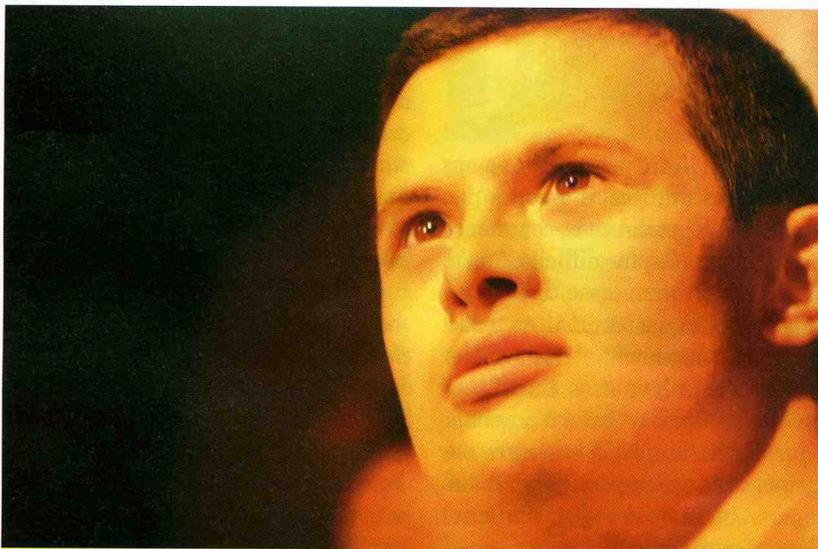
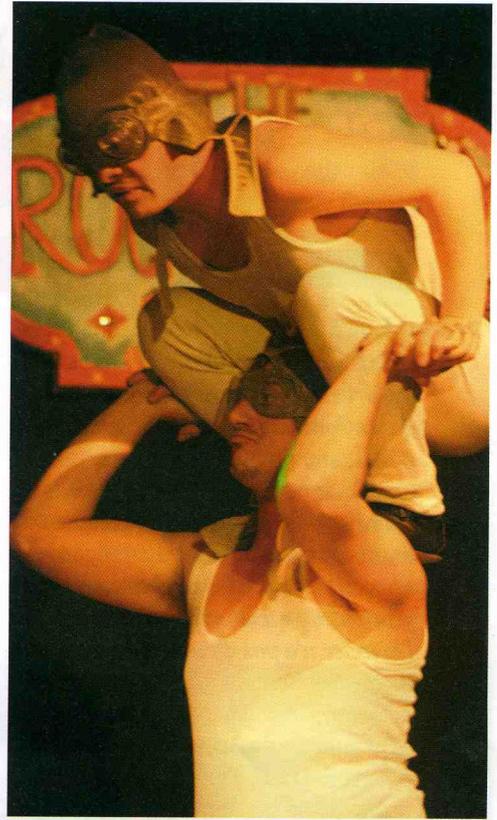
ter leur réflexion sur les possibilités qu'offrent les arts circassiens comme outil éducatif et thérapeutique dans des structures d'accueil spécialisées, IME ou service de pédopsychiatrie en hôpitaux de jour. Ils en font leur sujet de mémoire de fin d'études, puis professionnalisent leur pratique.

Ils décident de se monter en association afin d'offrir leurs services en tant qu'intervenants extérieurs. Ils développent des techniques liées à la dynamique de groupe, aux règles à respecter. Ils élaborent des exercices spécialement destinés à un public en difficulté psychomotrice permettant de prendre conscience de soi, de



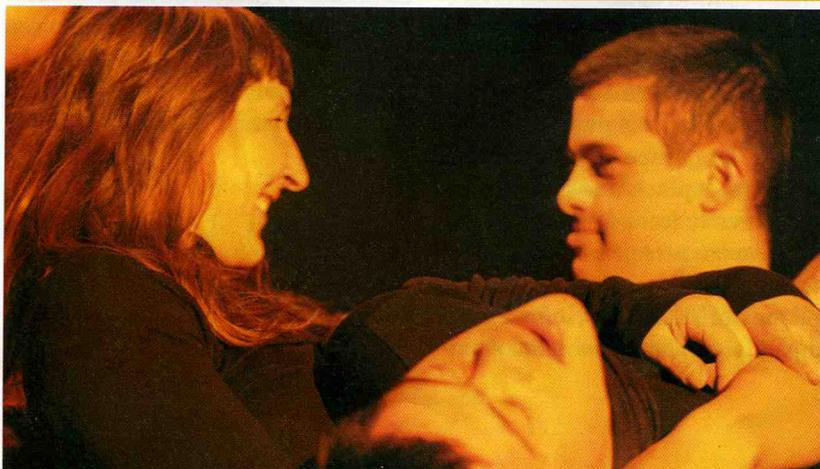
fants atteints de troubles envahissant du développement, découvre le cirque adapté lors du festival organisé par ZimZam. Cet événement a vu le jour pour répondre au désir des apprentis circassiens qui très vite ont voulu montrer leur travail. Depuis 2007, l'association organise donc le *Festival Fadoli's Circus*, où artistes valides et handicapés se produisent devant un large public. « *J'ai été impressionnée par cette ambiance et par ce qu'ils obtenaient avec les enfants, se souvient Françoise Boutros. Nous avions justement un groupe qui ne fonctionnait pas malgré les activités que nous leur proposons en musique ou en arts plastiques.* » L'équipe pédagogique veut alors tenter une approche plus corporelle et fait appel aux intervenants de ZimZam. Le duo accroche immédiatement avec les enfants. Un atelier est alors mis en place avec Manuel Cerutti une semaine sur deux. Puis après un an, au vu des avancées, les séances sont devenues hebdomadaires.

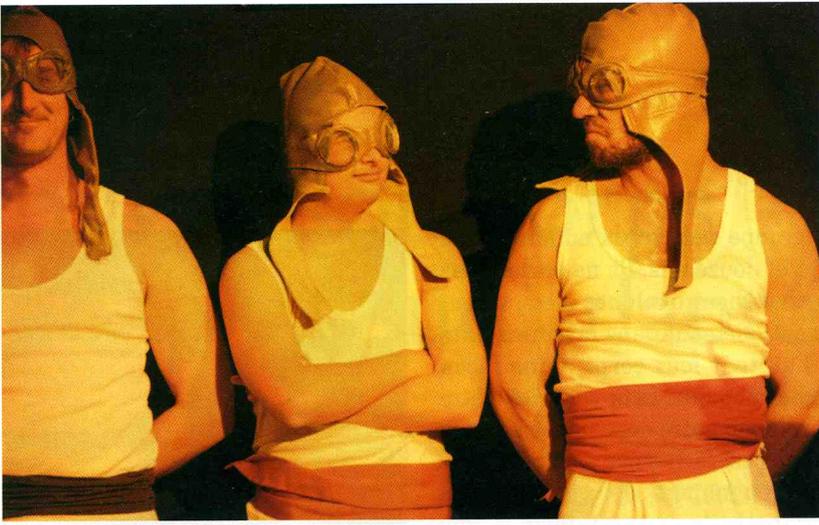
Le groupe compte six enfants entre sept et douze ans. Ils ne parlent pas ou ébauchent quelques mots, vivent essentiellement dans la sensorialité et habitent leur corps d'une façon dysharmonique. Leur capacité à être en relation entre eux, aux objets, aux adultes est fortement perturbée. Les accompagnantes, deux infirmières, une institutrice spécialisée et une éducatrice spécialisée, encadrent mais sont aussi participantes, se retrouvant en situation d'apprentissage. Très ritualisé, chaque atelier se compose de plusieurs espaces-temps : l'espace de chaque enfant et l'espace du groupe, l'espace du « public » où chacun attend son tour et l'espace scénique où l'enfant vient expérimenter un jeu devant le regard des autres. Les séances d'une heure commencent en retirant ses chaussures avant de s'asseoir en cercle. Ces enfants ayant énormément de mal à se poser, cette contrainte simple se révèle déjà très difficile à obtenir. « *Un intervenant*



extérieur peut demander beaucoup plus que nous, constate Françoise Boutros. Ils ont progressivement accepté cette règle. Le plus récalcitrant reste en dehors du cercle, mais s'assied. » Manuel Cerutti se sert de cette pause pour ressentir l'ambiance du groupe, l'écoute, la concentration et établit un programme autour d'exercices récurrents. « *Ni en début d'année, ni en début d'atelier, ni à la fin, je suis sûr que ce que je propose va être efficace,* explique-t-il. *Il nous a fallu six mois pour parvenir à installer un cadre ou plutôt pour que les enfants acceptent et participent à la mise en place d'une certaine routine. Rien n'est assuré d'une séance à l'autre.* » Une rupture d'un mois peut déclencher un vrai plaisir lors des retrouvailles, et parfois, au contraire, provoquer un grand chamboulement.

Espace d'expériences • Avec ce public, le coordinateur marche sans cesse sur un fil. Pour éviter les déséquilibres, il doit rester ouvert et s'adapter dans l'instant aux gamins et à l'équipe. « *Je ne cherche pas l'ob-*





jectif, mais du plaisir et une qualité de présence, précise-t-il. L'idée est qu'ils sont capables à leur niveau. » Ainsi, sous les encouragements des accompagnatrices, les enfants autistes prennent-ils peu à peu conscience de leur corps, de l'autre et du danger. « Ils apprécient qu'on les applaudisse, mais pour nous qu'ils réussissent ou pas l'exercice n'a pas d'importance, raconte Françoise Boutros. Ce n'est qu'un outil pour créer du lien. » Pour ces enfants, exprimer la peur représente déjà un progrès. Dans l'exercice de la bouteille, ils se laissent balloter d'avant en arrière, livrés aux directives de leur partenaire de l'instant, dans le contact

but n'est pas d'en faire des acrobates, ni de les guérir, mais de proposer un espace d'expérience corporelle, de rapport à l'autre basé sur le soutien, la confiance, et le contact physique.

Vers le cirque ordinaire • Après presque deux ans de ce travail, le groupe existe et les individus y évoluent. Souvent dans le stéréotype, les enfants ont abandonné ces gestes qui les contiennent. Un matin, l'un d'eux est arrivé au centre une demi-heure avant l'ouverture. Il se rappelait que la semaine précédente, l'éducateur avait parlé de trampoline. Aujourd'hui, il est inscrit dans une école de cirque

Les enfants autistes prennent peu à peu conscience de leur corps, de l'autre.

visuel et la confiance. Pour faire la chaise, ils s'assoient sur les jambes de Manuel Cerutti qui, allongé sur le dos, les fait sauter en l'air.

Debout sur un bidon coloré, ils apprennent à le faire rouler à deux, pieds nus, se tenant la main et accordant leur rythme de marche. Certains vont jusqu'à solliciter l'éducateur pour faire des exercices supplémentaires. Lui, toujours calme, parfois doux, parfois ferme, les rassure, les pousse, et désamorce leur crainte par le rire. L'échange est avant tout tactile. Tout au long de différents jeux de cirque, il les porte et communique avec eux au travers de son corps. Il s'agit de créer l'équilibre entre leur corps et le sien. « Il y a une intelligence du toucher à l'écoute de chaque enfant et qui les pousse à se dépasser toujours un peu plus. Le contact leur laisse expérimenter l'équilibre, la prise de risque, parfois la chute. » Le

ordinaire. Un autre passait son temps accroché aux adultes, il a peu à peu gagné en indépendance et commence à parler. Le cas le plus difficile, un enfant au visage sans cesse torturé, au comportement quasi animal, ne tenait pas en place et pouvait même sembler dangereux pour les autres. Canalisé, il a pu être scolarisé. « Grâce à ce groupe cirque, ils ont appris à entendre des consignes et à les respecter, décrit l'infirmière. Je n'ai vu des effets similaires qu'avec l'équithérapie. »

Rattaché à l'hôpital psychiatrique des quartiers Nord de Marseille, l'atelier thérapeutique Trait-d'Union travaille depuis le mois de janvier avec ZimZam. Le groupe de huit à douze adultes se déplace une fois par semaine dans le local de l'association. « Dans notre prise en charge, nous avons besoin d'une activité physique, explique Christian Plazy, infirmier accompagnateur. Le cirque est une ma-

nière plus ludique que le sport d'appréhender leur difficulté physique et de les dépasser. » Agés de 30 à 55 ans, ce public conjugue souvent les troubles psychotiques et des problèmes de santé physiques. L'un est cardiaque, l'autre a des douleurs aux cervicales, ou encore au genou. L'apprentissage se fait donc en douceur. Un des premiers exercices consiste à circuler dans la salle en duo, front contre front, en se laissant guider chacun son tour. « Toucher l'autre, c'est déjà prendre conscience de l'autre, explique le médecin en charge du groupe. Un psychotique ne fait pas la différence entre le mur et lui, l'autre et lui, son corps n'a pas de limite. Toute activité qui permet d'appréhender ce trouble du schéma corporel est intéressante. »

« Je me réveille » • Pendant une heure, tous vont être amenés à faire des roulades en duo, marcher sur un tonneau ou un ballon, jouer les équilibristes sur un fil, jongler... « Quand on nous a expliqué que nous allions faire du cirque, nous appréhendions, se souvient Rani, 43 ans. Dès le premier atelier, nous avons réussi à faire ce que Manuel nous demandait, alors que ça me paraissait impossible. Je suis toujours fatigué avec les médicaments, et au fur et à mesure de l'atelier, je me réveille. » Edmond, 55 ans, 102 kg, voyait cette activité comme un piège. « Au départ, ça m'a fatigué, mais très vite, je me suis senti mieux dans mon corps. A priori, c'est pour les jeunes mais on parvient à faire les choses. Ça fait du bien, on est en groupe, on ne pense pas aux galères. » Pour l'instant, l'équipe s'encourage mutuellement, apprend à se faire confiance et chacun se surprend lui-même. Comme ça arrive souvent avec ZimZam, peut-être seront-ils prêts un jour à se montrer en spectacle devant un public ?

Myriam Léon

Crédit photos Myriam Léon.

ZimZam 04 13 59 06 35