

# ASTRÜD GÅSTRYK

clown vocal queer & culinaire

Création 2026



A l'animation d'une émission de radio imaginaire, Astrüd Gåstryk s'extrait de son confinement culinaire, pour communiquer au monde sa liberté d'être, au-delà des usages, des genres et des cases.

Une exploration sonore autour de l'empuancement\* entre bruitisme, animisme et improvisation libre, entre théâtre d'objet et clown vocal.

\* *empuancement* (de l'anglais empowerment) processus d'émancipation permettant l'accès au pouvoir d'un groupe auquel il est traditionnellement refusé ; désigne plus largement la montée en puissance de nos capacités d'agir, individuellement et surtout collectivement

## NOTE D'INTENTION

Mon point de départ sur ce projet, c'est l'envie d'un espace pour développer des séquences d'**impro libre en public**, par l'exploration de toutes sortes de **textures vocales**, mais aussi en sonorisant **des compagnons du quotidien et autres ustensiles de cuisine** dans lesquels je reconnais des **visages anthropomorphes** et qui depuis toujours peuplent **mes univers sonores imaginaires**.

Et puis j'ai eu la chance en local, dans l'Ardèche qui m'accueille depuis 8 ans, d'avoir un réseau via lequel j'ai vite pu faire plein de **crash tests** publics autour de ce désir de départ. Et là ont jailli à la fois **le clown**, que j'avais beaucoup pratiqué en rue en Seine-St-Denis, et puis **le drag king**, dont je sentais depuis longtemps l'envie monter... mais sans oser encore y aller.

Mon goût pour le collectage de parole et pour la radio, qui revient dans beaucoup de mes projets, m'a amené-e à commencer à questionner des personnes que je rencontrais sur ce qu'elles feraient, elles, si elles osaient. A ce stade, un propos commençait à émerger : l'importance de **s'autoriser à**, l'urgence de se réapproprier notre pleine légitimité à être, **individuellement et collectivement**, dans et avec **nos dysharmonies singulières et nos résonances communes**, tout ça afin de **nourrir nos pouvoirs d'agir** dans ce monde où les leviers d'action nous paraissent s'amaigrir dangereusement.

*« Nous pouvons encore nous 'empuissanter' du progrès au lieu de le subir comme des chenilles »  
Alain Damasio*

Mélanger la présence assumée de l'**électronique musicale** (ordinateur et contrôleurs à vue), avec la vision absurde d'un **univers électro-ménager** surchargé, et par le son donner vie à nos objets du quotidien. Comme pour signifier que loin d'un monde régi par les IA, nos objets du quotidien pourraient révéler leur propre intelligence, dans une relecture animiste de notre société de consommation, dans laquelle nos ustensiles de cuisine deviendraient des pièces sacrées, des reliquats d'une époque révolue, dont seule perdurerait la portée rituelle. Et à partir de cette matière quotidienne là, inventer des rituels d'empuissancement à la portée de toustes.

Dans l'idée de « s'autoriser à », il y a celle de **sortir de nos propres limitations**, celles que des conditionnements sociaux nous ont souvent fait ancrer en nous-mêmes, notamment en tant que femmes et/ou minorités sexuelles et de genre. L'idée étant pour en sortir de se libérer aussi de la culpabilité de les avoir intégrés, malgré nous. **Quitter l'ennemi intérieur de l'auto-jugement**, de l'auto-dénigrement, qui serait en fait un ennemi extérieur « intériorisé », pour reprendre la formulation de Mona Chollet dans son introduction à son dernier ouvrage, *Résister à la culpabilisation. Sur quelques empêchements d'exister* : « *Je voudrais consacrer un livre à l'ennemi intérieur. A notre habitude de nous disqualifier, de nous attaquer nous-mêmes sans relâche ; à notre conviction que nos manières spontanées d'exister sont toujours fautives* ». Parmi les fréquences que traverse sa radio intérieure, Astrüd Gåstryk se bat aussi contre ces « voix persécutrices » et œuvre à les transcender pour mieux se transformer.

Ce spectacle se situe entre le concert et la performance. Dans sa forme, Astrüd Gåstryk échappe aux cases et invite à en faire de même, en affirmant la **légitimité de toustes à donner de la voix**, y compris quand on n'en a pas (ou plus). Ici nous rappelle que tout est musique autour de nous, si l'on veut bien l'entendre, et que la création d'imaginaires sonores libérateurs est à la portée de toustes.

*Qu'est-ce qui nous retient d'être puissant.e.x ? D'être multiples, d'être nombreux.e.x ? Et si, toustes ensemble, on se mettait à libérer nos puissances ?*

## ASTRÜD GÄSTRYK



La Cascade, mars 25

de et avec DJOO CUER, performeur·euse vocaliste

accompagné·e du regard extérieur et technique  
de GREGORY COSENZA

(voir bios plus loin)

ainsi que de THEO GAYET ET LÉO CRAPLET :  
régie son (en complément et en alternance  
avec Grégory Cosenza)



La Méandre, avril 25

avec le soutien de MICHEL RISSE ET RENAUD  
BIRI de la cie Décor Sonore

dans le cadre du **dispositif d'accompagnement de la Fabrique Sonore**

**AUTRES REGARDS EXTÉRIEURS, AIDES À LA DRAMATURGIE ET À LA SCÉNOGRAPHIE**  
(intervenant selon les étapes) :

MATHIAS FORGE (Cies 1 Watt et Jeanne Simone)

FANNY IMBER (Collectif du Prélude)



La Cascade, mars 25

**SCÉNOGRAPHIE** (en cours)

FIFI GIROUX

(REGARDE CET ALLUMÉ)

**COSTUMES** (en cours)

LÉA DECANTS

## FORME ET INFOS TECHNYK

### EN RUE

Spectacle destiné à se jouer principalement en espaces publics, plutôt au sol, avec de la profondeur  
Si de nuit, prévoir éclairage

### EN INTERIEUR

Possibilité en salles si public au même niveau, ou plus haut (pas de jeu sur scène ni platos)  
Plutôt pour des espaces non dédiés

**DUREE ENVISAGEE :** 60 mn

**MONTAGE :** 1 h (hors déchargement)

**BALANCES SON :** 2 h      **DEMONTAGE :** 30 mn

### TOUT PUBLIC

Disposé en semi-circulaire ou en frontal en fonction de la jauge et de l'espace

Intérieur ou espaces extérieurs intimistes, en semi-circulaire : jauge 80-120

Extérieur avec gradinage, en frontal : en fonction de l'espace pouvant aller jusqu'à 250-300

### ESPACE DE JEU MINIMUM

*Ouverture 3 m / Profondeur 2 m,  
au sol avec public autour (ou public au-dessus avec gradins)*

### PLAN DE SCENE (provisoire ; le matériel c-dessous peut être fourni)

*(vue de haut)*



**A TERME en tournée AUTONOMIE EN SON POSSIBLE** en fonction de la jauge (caisson de basses à fournir) / **POUR LE MOMENT EN RESIDENCE :** fournir un système son

**EN TOURNEE :** 2 ou 3 personnes ; véhicule au départ Ardèche et/ou Vaucluse ; 1 personne sans gluten et allergique aux produits laitiers

**CONTACT TECHNYK** Grégory Cosenza 06 64 97 06 82 [cosdemars@hotmail.com](mailto:cosdemars@hotmail.com)

## EDUCATION CULTURELLE ET ARTISTRYK

### En marge de la création,

### différentes possibilités à envisager et construire ensemble en EAC

#### IN COSINUS POTENTIA \*\*\* J'irai faire sonner nos cuisines \*\*\*

(extraits du dossier déposé en EAC auprès de la DRAC AURA)

Inviter à goûter à l'improvisation pluridisciplinaire (corps, voix, espace, sons), comme moyen d'expression permettant de sortir des automatismes et de la routine de pensée et d'action.

Proposer d'y découvrir un moyen d'action collective et poétique en partageant un autre regard sur les lieux, les objets et les trajets du quotidien, mais aussi sur soi, sur les autres, sur sa place dans le groupe et dans le monde.

Ce projet sera également l'occasion de partager et creuser la démarche de création autour d'Astrüd Gåstryk qui détourne des ustensiles de cuisine pour en faire des objets sonores et vivants, dans une recherche autour d'une expression trans-cases, au delà de nos propres frontières internes.

Par ailleurs, et ce grâce à la présence de Nina Hubinet, journaliste, IN COSINUS POTENTIA propose d'explorer les liens entre le mode d'expression libre qu'est la performance improvisée (dont la pratique demande de rester toujours adaptables, ouvert-es et sans idée préconçue sur ce qui va advenir), avec la question de notre pouvoir d'action, face à et dans un monde où les perspectives de changements positifs peuvent sembler réduites, en se demandant ce que nous pouvons encore, en corps, et ensemble.

Un projet se déclinera en performances improvisées à domicile, séances d'impro collective, repas partagés avec collecte de paroles, et performance publique participative en déambulation.

#### Autres ateliers ponctuels possible en lien avec les temps de résidence :

- Ateliers autour de la **création sonore collective**, électro-acoustique avec des objets du quotidien (*Parents-enfants, ados ou tous publics*)  
Partir de l'intime, du choix subjectif d'un objet sonnante (objet apporté de chez soi), ou par la mise à dispo de quelques enregistreurs (et chacun.e se balade librement autour pour capter un son qui lui plait), pour ensuite composer collectivement une oeuvre commune à partir de ces matières, acoustique et/ou bouclées et transformées.
- Séances de **libération vocale**, impro libre et exploration de nos voix, en s'entraînant au non-jugement autour des sons émis, et à explorer au-delà des cadres habituels.  
(Groupes constitués, intervention ponctuelle pour une chorale, une classe d'école de musique, en structure thérapeutiques...)
- Plusieurs types d'ateliers d'**écriture** :
  - autour de thématiques liées à la recherche (oser notre pouvoir, identités queer, poésie du quotidien) - autour du recueil *être intèr* de Djoo Cuer, publié en auto-édition Collectif Torsion, disponible sur demande (*tous publics*)
  - ou à partir d'imaginaires sonores (publics scolaires) - *plus de détails sur demande*

## L'EQUIPE ARTISTRYK

### Djoo Cuer - performeur·euse vocaliste



Après 10 ans à semer des petites graines de nez rouge dans des rues du 9.3. (dans des créations artistiques souvent au service de projets sociaux avec une liberté et une autonomie revendiquée), installation en Ardèche en 2017 suite à un stage de danse et à la rencontre avec un projet collectif, le Moulinage de Chirols. Après 4 ans d'habitat en caravane sur place, au cœur du lieu de vie et de son hyperactivité, Djoo prend du recul et se remet à ses propres projets.

Nourri·e d'écriture orale, physique, sonore et plastique en *temps réel* (formations cles Side One Posthume, Jeanne Simone...) et avide d'expérimentations hors cadres (recherche autour du spectacle pour 1 spectateur avec le GK Collective, interprète du spectacle *PROUST* – 7h de jeu par jour à

Chalon en 2016, mise en scène de formes déambulatoires pour petites jauges...), Djoo a développé un goût prononcé pour la création "in situ" et/ou instantanée, pratiquant l'improvisation avec le corps et la voix (avec Madame Bleue, Jean-Yves Pénafiel...), ainsi qu'avec d'autres objets sonores comme des ustensiles de cuisine ou des pompes à vélo.

Tantôt vocaliste pluri-instrumentiste, tantôt clown bruitiste en corps ou à la création sonore, pluridisciplinarité et décloisonnement sont au cœur de ses pratiques.

Aime collecter la parole des gens dans la rue et la restituer sous différentes formes plutôt sonores (podcasts et autres) et proposer des ateliers de *libération vocale* pour inviter à laisser librement sa voie s'exprimer au-delà des conventions du « beau » et du « juste ».

Djoo Cuer est interprète et compose pour la compagnie DIRTZ Theatre dans *NonGrata*, ainsi que dans le spectacle musical *BABEL* de Juliette Z & la Zinuïte, Djoo anime également des ateliers d'écriture et publie ses propres textes en auto-éditions artisanales, cousues à la main.

[D'autres univers sonores de Djoo Cuer sont écoutables ici.](#)

### Grégory Cosenza – regard extérieur technique et musical

Gregory Cosenza est à la fois musicien, compositeur et technicien du son : médaillé du CNR de Marseille en musique électroacoustique (2007), formé en technique du son et MAO à l'ADCOMEAM (1999) et en composition à Promusica (2004).

Co-fondateur du collectif pluridisciplinaire PHOSPHERE, et de différentes formation rock, il collabore aussi sur des installations, de la muséographie, des oeuvres cinématographiques, et avec d'autres compagnies pour spectacles de rue, cirque, théâtre, danse, dont le Cirque Trottola et le petit théâtre baraque, la compagnie Malaxe, Le troisième cirque, cie Mobilis Immobilis, cie Raoul Lambert, cie Post scriptum, Ali Bougheraba, Le bal des Ogres, Blue Yéti, et Libertivore, dont Gregory a conçu la musique des spectacles *Fractales et Ether*. Il est également à l'écriture et la mise en scène de son propre solo sonore, *ENTRE(S)*.

## CALENDRIER DE CREATION 2023-2026

SORTIE AVRIL/MAI 2026

### SEPTEMBRE/OCTOBRE 2023 - 2 SEMAINES DE RÉSIDENCE

*La Crypte (Lagorce, 07) avec Le Pied aux Planches/Lignes d'Horizon*

*Le Nautilus (Lalevade, 07) dans le cadre du Festival des Jours de la Dame*

### 1ER SEMESTRE 2024 - PLUSIEURS CRASH-TESTS PUBLICS

*Festival des Gens Tous Seuls (Le Pas de Côté, Mercuer, 07),*

*Drac'nards (Fabras, 07) ; Gadj'o'Stival (Bise, 07) ; Mezilhac Attacks (Mezilhac, 07),*

*24 Heures des Nuances Sonores (Le Moulin'Art, Asperjoc, 07),*

*Festival Encrages (Le Moulinage de Chirols, 07)*

### NOVEMBRE 2025 À AVRIL 2026 : 6 Semaines de résidences à prévoir (EN COURS)

Possibilité d'une avant-première en mars avec le Théâtre des Quinconces, Festival de l'Insolite (Vals-les-Bains, 07)

### Co-production et/ou soutiens et accueils en résidences envisagés (contacts en cours) :

Décor Sonore à la Villa Mais d'Ici, dans le cadre du dispositif LA FABRIQUE SONORE – automne 25

La Laverie (Saint-Etienne, 42), Quelque p'Arts (Boulieu-Les-Annonay, 07), La Méandre (Chalon-sur-Saône, 71), L'Astronef (Marseille, 13), Théâtre des Quinconces (Vals-les-Bains, 07), La Gare à Coulisses (Eure, 26), Le Moulinage de Chirols (07)

## PROCHAINES ETAPES DE CREATION EN 2025

**LA CASCADE**  
**POLE NATIONAL DES ARTS DU CIRQUE**  
(Bourg-St-Andeol, 07 Ardèche)  
*du 25 mars au 6 avril*

*sortie de résidence*  
**mardi 1er avril à 16h**

**LA MEANDRE**  
Chalon sur Saône)  
*du 7 au 11 avril*  
*sortie de résidence*  
**samedi 12 avril à 19h30**

**LE MOULINAGE DE CHROLS**  
(07)

*du 23 au 26 mai*  
*sortie de résidence*  
**lundi 26 mai à 19h**

**SORBIDEAN FESTIBALA**  
**FESTIVAL EN CREATIONS**  
Hasparren (64 Pays Basque)

*du 7 au 14 juin*  
*crash test*  
**lundi 9 juin à 16h**

**Collectif**  
Expressions plurielles et écritures hors cadres  
*"Nous sommes autant de fibres dont la torsion génère une amplification des forces"*  
**Torsion**  
Compagnie artistique - assa 1901 - basée en Ardèche

Production/Diffusion : Aude Thierry 06 22 03 24 38

Artistique : Djoo Cuer 06 60 56 88 74

[collectif.torsion@gmail.com](mailto:collectif.torsion@gmail.com)

Coordination administrative : Anna Cooper 07 80 19 27 44

[administration@collectiftorsion.com](mailto:administration@collectiftorsion.com)

Cie COLLECTIF TORSION – Expressions plurielles et écritures hors cadres

[www.collectiftorsion.com](http://www.collectiftorsion.com)