

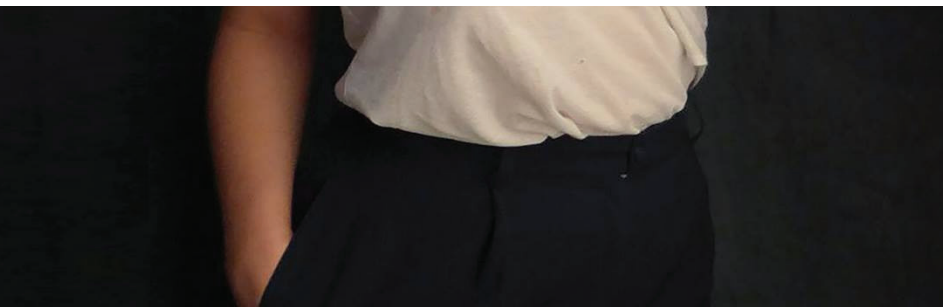
Host Production présente

# TIENS-TOI DEBOUT \*

\* STAND UP



## DOSSIER DE PRESSE



au

## Théâtre MÉLO D'AMÉLIE

4 rue Marie Stuart 75002 Paris - Métro Étienne Marcel

RÉSERVATIONS : 01 40 26 11 11 - <http://www.lemelodamelie>

**TOUS LES DIMANCHES ET LUNDIS  
À 19H30  
JUSQU'AU 26 MARS 2018**

un spectacle de et avec :

**CLARA LEFORT**

mise en scène :

**ALICE ROUDILLON et CLÉMENT PEYON**



## CLARA LEFORT

Après un Master en droit privé à la Sorbonne, Clara Lefort décide de changer de vie. Elle intègre le Conservatoire Claude Debussy puis le Cours Florent. Elle y rencontre Leslie Bourgeois (scénographe et co-fondatrice du Lieu Exact) qui l'engage pour sa création, *Ballhaüs*. A son tour, Clément Peyon lui propose de collaborer dans *Ajoutez-moi, j'accepte tout le monde*.

Aujourd'hui membre du Lieu Exact, structure de recherche et de création théâtrales, Clara Lefort met en scène un spectacle autour de *L'éloge de la folie* d'Erasmus. Elle est également comédienne dans *Révolution Agraire*, une pièce danse-théâtre d'Agnès Roux, directrice du centre de recherche artistique à Monaco, Le logoscope.

En parallèle, elle s'intéresse au stand-up et imagine de courts textes pour arpenter les scènes d'humour parisiennes. De cette étude naît en 2016 *Tiens-toi debout*, qu'elle définit comme « un stand-up adapté à tous ceux qui n'aiment pas le stand-up ».

Toujours dans la dynamique de sa recherche sur ce format, elle profite d'un séjour américain pour s'essayer sur les scènes new-yorkaises. A son retour à Paris, elle développe son spectacle et se produit dans les cafés-théâtre avant de se lancer au Sogymnase Comedy Club.

Le théâtre Mélo d'Amélie à Paris l'accueille à partir d'octobre 2017.

Théâtre  
**MELO D'AMELIE**  
lemelodamelie.com



Clara Lefort - Tiens-toi debout\* (\*Stand Up)



## TIENS-TOI DEBOUT, C'EST QUOI ?

Plébiscitée par le public après son passage sur des scènes ouvertes à Paris et à New York, Clara Lefort a prolongé plusieurs fois son spectacle *Tiens-toi debout* au Théâtre du Sogymnase, au Petit Théâtre du Gymnase Marie Bell et lors d'une date exceptionnelle au Café de la Gare.

Le titre du spectacle, *Tiens-toi debout*, provient en premier lieu de la traduction littérale de stand-up. Jouer sur l'appropriation des codes américains, tout en y rajoutant sa théâtralité, où l'humour dépressif new-yorkais côtoie l'humour « médiéval ». Où l'humour « chrétien » côtoie l'humour... tout court !

Le titre *Tiens-toi debout*, renvoie aussi à toutes les injonctions : se tenir debout, se connaître soit même, affronter, s'affronter...

Le public suit une histoire, celle d'une bourgeoise aussi pudique qu'extravagante, d'une femme faillible qui s'est toujours définie en fonction des hommes de sa vie, et qui va, peu à peu, perdre le masque et monter sur scène. Afin de se tenir debout, à sa manière.

Il émane de la scène un panache, une fraîcheur, une gaité de femme qui ne s'enferme pas dans ce que l'on attend d'elle. Une vision du monde parfois désabusée, mais jamais désenchantée.

# ELLE MAGAZINE

Extraits de l'article Les comiques tout terrain:

“Elles excellent dans l’art de rire de tout et sont sur tous les fronts... Elles font éclater des bulles de dérision ( et d’auto-dérision)” “Aucun sujet n’ échappe à leur rire féroce - Clara Lefort dans Tiens-toi debout [...] Sous nos applaudissements”.



“Clara Lefort nous parle d’amour tout au long de son spectacle. Mais de quelle manière ! Elle fait preuve de beaucoup d’auto-dérision et nous raconte des histoires qui font éclater de rire toute la salle. Elle nous parle par exemple de Juanito, son étalon brésilien ou bien de la petite princesse «chiante» qui énerve toutes les filles mais qui fait craquer les hommes.

Elle tourne à la rigolade des situations de la vie que toutes les jeunes femmes ont vécu, ça fait du bien, c’est frais, c’est drôle. Clara Lefort joue avec son public et elle n’hésite à lancer quelques piques bien ciblées à destination des spectateurs, ce qui ne manque pas de faire rire la salle !

On la sent vraiment monter en puissance tout au long de son show. C’est une véritable bouffée d’air frais.”

## La [c]ritiquerie

Dans l’article « Tiens-toi debout », la pétillante Clara Lefort se démarque au Théâtre du Petit Gymnase !

Son premier stand-up « Tiens-toi debout » s’amuse à casser le rythme, les standards, les codes du stand-up (justement). C’est comme si Woody Allen s’était réincarné par erreur dans le corps de la belle midinette « volontairement dépressive ». “Sur le chemin sinueux de la création, l’artiste pose tout en douceur son regard ultra-personnel et pioche dans son univers riche en contrastes explosifs.

Résultat des courses ? Au Petit Théâtre du Gymnase, la douce hystérie de Clara Lefort exerce nos zygomatiques avec classe.”



Zoom Théâtre et Host Production présentent au

# CAFÉ DE LA GARE

41 RUE DU TEMPLE 75004 PARIS - MÉTRO RAMBUTEAU

REPRÉSENTATION UNIQUE **LE 18 JUIN 2017 A 18H**

**THIERRY SAMITIER**

**CLARA LEFORT**



Dans son one man show  
**PARCOURS DU  
(CON)BATTANT**

Mise en scène : Hélène Lévy  
& Benjamin Danet



Dans son one woman show  
**TIENS TOI DEBOUT\*  
\*STAND UP**

Mise en scène : Alice Roudillon  
& Clément Peyon

RÉSERVATIONS ET INFORMATIONS SUR

**BilletRéduc**  
.com

## SOIRÉE SPÉCIALE AU CAFÉ DE LA GARE

### LE COUP DOUBLE DU RIRE



© PHOTOS : DR

**Le duo Thierry Samitier et Clara Lefort.**

**Deux fois plus de chances de rire.** C'est ce que propose le Café de la Gare, dimanche, en réunissant sur son plateau deux humoristes. Dès 18h, la jeune Clara Lefort reprendra son spectacle *Tiens-toi debout\** (\*Stand-

up), un premier show qui casse les codes du genre. Thierry Samitier, connu du grand public pour son rôle d'Ayméric Dubernet-Carton, incontournable père catho dans la série *Nos chers voisins*, prendra ensuite le relais avec son one-man show, *Parcours du (con)bat-tant*, ou la psychothérapie d'un humoriste déjanté. Le duo poursuivra aussi sa collaboration à la rentrée sur la Toile. A partir d'octobre, ils camperont les personnages principaux d'une nouvelle websérie, mettant en scène un père très rock'n roll et sa fille des plus sérieuses. Leur relation, pas toujours simple, pourrait bien s'appeler «How I killed my father». •

**Thierry Samitier et Clara Lefort, à partir de 18h, dimanche, Café de la Gare, Paris 4<sup>e</sup>. [cdlg.org](http://cdlg.org)**

**Clara Lefort - Tiens-toi debout\* (\*Stand Up)**

**CLARA LEFORT**

au Théâtre Mélo d'Amélie à Paris  
à partir du 9 octobre 2017

*4 Rue Marie Stuart, 75002 Paris*  
*Métro : Etienne Marcel*

lien youtube:

**[https://www.youtube.com/  
watch?v=Op7AQOKto98](https://www.youtube.com/watch?v=Op7AQOKto98)**

lien vimeo:

**<https://vimeo.com/237772362>**  
avec le mot de passe "Debout"

## **Contact**

Michaël Host

06 74 97 69 59

**[host.michael@gmail.com](mailto:host.michael@gmail.com)**