

La force du hip-hop

Danser permet de développer les facultés d'expression, le sentiment d'appartenance à un groupe et la confiance en soi... La preuve avec le groupe de hip-hop d'insieme Aarau-Lenzburg.

Reportage: Susanne Schanda – Photos: Marco Zanoni

Dans le centre de fitness City-Gym d'Aarau, il faut d'abord passer devant des hommes et femmes tatoués travaillant assidûment leurs muscles aux machines et devant le bar aux boissons énergisantes avant d'arriver dans la salle réservées à l'aérobic et... à la danse.

Le décor: parquet, miroir mural et écrit en gros: «Go hard or go home»*. Heureusement, pour les membres du groupe de hip-hop d'insieme Aarau-Lenzburg, ils n'ont pas à suivre le slogan à la lettre. La chorégraphe Claudia Romano – qui est aussi prof de danse et thérapeute du sport – privilégie l'humour et le côté ludique. Tout en restant exigeante: «Aujourd'hui, nous allons travailler notre chorégraphie de manière si intense que vous allez en rêver cette nuit!», prévient-elle, presque menaçante. Certains rigolent. D'autres font des grands yeux, comme s'ils en rêvaient déjà.

Claudia Romano est assistée par deux étudiants. Le groupe est composé de 15 danseurs et danseuses. Aujourd'hui, c'est Christoph qui s'occupe de l'échauffement. Il se positionne devant le miroir, le groupe se place derrière lui, sur deux rangs. Le groupe se met à bouger en rythme. En avant, en arrière. A droite, à gauche. Quand Philippe, coiffé de son chapeau bleu, quitte soudain le groupe pour aller s'asseoir seul dans un coin, Christoph le prend par la main et le ramène parmi les autres.

Ressentir ce qui est imaginaire

Une fois l'échauffement terminé, la chorégraphe prend la direction des opérations. Elle demande aux danseuses et danseurs de bien écouter les paroles de la chanson pour bien ressentir l'univers, les personnages et l'ambiance qui vont avec. C'est un morceau du chanteur bernois Gölä. L'histoire commence un triste jour de pluie. Puis le personnage va dans un bureau de voyage. Il prend un billet et part là où il y a du soleil. Lors du passage qui parle de la jungle, les danseurs courbent le dos, avancent avec précaution, les visages tendus. Ils sont aux aguets. Ils ressentent, vivent et dansent ce que la chanson raconte.

Lorsque le photographe arrive et commence ses prises de vue tout le monde veut être sur la photo. «Est-ce qu'on sera dans le journal?», demande Selina avant de se réjouir: «Génial! Nous sommes de plus en plus connus!»

* Que l'on pourrait traduire par «Dépasse-toi ou casse-toi»





La chorégraphe Claudia Romano (en sweet-shirt blanc) lors d'une session d'entraînement du groupe de hip-hop insieme Aarau-Lenzburg.

Du haut de ses 14 ans, Lucca est le plus jeune du groupe. La plus âgée est Steffi, 29 ans. Selina fait aussi partie du groupe, même si elle n'a pas de handicap. Tout ce beau monde s'entraîne chaque semaine. Et pas seulement pour «simplement bouger». Environ dix fois par année, le groupe se produit en public. Steffi rayonne: «Ces spectacles sont super! Je peux montrer ce que j'ai appris.» Pour elle, qui plus jeune a fait du ballet, les entraînements hebdomadaires du vendredi soir représentent une belle manière de se préparer pour le week-end. «Je peux décompresser.» Un autre danseur, Christoph, souligne qu'il danse aussi en dehors de ce cours. «J'aime aller en disco», dit-il.

Sans fioriture

Claudia Romano travaille depuis cinq ans avec le groupe. Au fil des années, il compte de nouveaux membres. Sa création remonte à 2010: l'idée était de monter un spectacle de hip-hop pour le jubilé d'insieme Suisse. La fête se déroulait au Stade de Suisse et le groupe a partagé la scène avec le rappeur Greis. Ils ont remporté un tel succès que le projet a continué, sous la houlette de la chorégraphe.

Le travail avec le groupe de hip-hop insieme exige de la flexibilité: «Nous suivons un fil rouge, tout en laissant assez de temps. Je donne mes instructions en racontant des histoires, afin que chacun comprenne ce que je veux. Quand je danse, je fais de grands gestes et des mouvements clairs. Je laisse de côté toute fioriture, tout mouvement trop rapide ou hâtif.»

Elle tient pour chaque participant une fiche personnelle, sur laquelle elle note le type de handicap et les médicaments. «Il est important de pouvoir réagir rapidement en cas de problème», explique la chorégraphe.

Plus de confiance

Pour elle, le mouvement est important pour les personnes avec une déficience intellectuelle. «Quand on est face à un enfant, il est bien d'expliquer en faisant des gestes. Cela lui permet de comprendre de quoi il en retourne.» Ce qui est vrai pour les enfants, l'est aussi pour les adultes. Tous sont devenus plus confiants. C'est le résultat de l'attention et de la reconnaissance qu'ils reçoivent sous forme d'applaudissements quand ils se produisent. «Ils sentent qu'ils ont de la valeur, qu'ils sont capables et qu'ils peuvent faire face au public.» Un jour, une des participantes est venue en pleurs lui dire qu'elle devait partir. Sa famille quittant Aarau, il devenait trop compliqué de suivre les entraînements. Mais lorsque les parents ont vu leur fille sur scène, ils ont été si impressionnés qu'ils lui ont permis de continuer.

Ce n'est pas un hasard si le groupe s'entraîne dans un club de fitness ordinaire. Cela leur permet de rencontrer des personnes avec et sans handicap. Une forme d'intégration évidente pour la chorégraphe. «La vie est une grande place de jeu, mais nous avons oublié comment jouer», dit-elle. Pour le groupe de hip-hop, la remarque n'est pas valable. ●