

TIKTAK PROD. JORDAN SARRALIÉ ET ALEX GOUDE PRÉSENTENT

APRÈS **MÉNopause**

LE NOUVEAU SPECTACLE D'ALEX GOUDE



PIERRE  
VIGIÉ

EDOUARD  
COLLIN

PHILIPPE  
D'AVILLA

LAURA  
MASCI

# MEN EN PAUSE

LA COMÉDIE QUI STOPPE LA DÉBANDADE !

à partir du 1er octobre 2025 à Paris

TF1

fnac

RTL

LE **GRAND POINT VIRGULE**

DIRECTION JEAN-MARC DUMONTET

RÉSERVATION : 01.42.78.67.03 - [WWW.LEGRANDPOINTVIRGULE.COM](http://WWW.LEGRANDPOINTVIRGULE.COM)

RÉSERVATIONS



SCANNEZ-MOI

Livret

Alex Goude et Jean-Jacques Thibaud

Mise en scène

Alex Goude

Coaching vocal

David Jean

Chorégraphies

Johan Nus assisté par Alexia Cuvelier

Musiques

Philippe Gouadin, Maxime Rodriguez et Frédéric Ruiz

Son

Clément Vallon

Création Lumières

Emmanuel Cordier

Vidéo/ 3d

Ludovic Mayeux

Costumes et Régie

Frédéric Schamberger

Conseiller Scientifique

Dr Michel Mouly

Assistant metteur en scène / Directeur casting

Christopher Lopez

# L'Histoire de ce show

Le succès incroyable de ménopause m'a vraiment pris de court. Quand on est un créatif, on espère toujours rencontrer son public et que ce que l'on fabrique plaise mais là, c'était fou et au delà de toutes espérances.... Voir toutes ces femmes ET ces hommes qui se lèvent à chaque fin de spectacle et qui me disent merci après le spectacle, parfois en larmes, m'a comblé de bonheur. Le show a aussi engendré des débats enflammés avec par

exemple le docteur Michel Mouly qui m'a permis d'ajuster le message et de toucher encore plus de gens, et il nous a également permis de porter la bonne parole jusqu'au ministère de la santé qui a applaudi le spectacle.

Mais une remarque revenait tous les jours de la part de tout le public : à quand la version masculine ???!!



Et là, évidemment, action, érection, devant une telle pression j'ai commencé à réfléchir et à partir sur un show appelé Andropause avec 4 hommes mais je ne trouvais pas la clé... j'avais vraiment l'impression de faire peu ou prou le même spectacle, or, toute ma vie, comme on ne vit qu'une fois, j'ai toujours refusé de faire des choses similaires... Donc j'ai cogité et un jour, à cause de l'histoire malheureusement tragique d'un ami tombé dans le chemsex, j'ai trouvé la clé... Éduquer les hommes sur leurs problèmes, ce n'était pas uniquement parler de l'andropause ou des problèmes d'érection, c'était parler de tous les problèmes engendrés par leur sceptre personnel et par leur place dans le monde d'aujourd'hui, et ce quelle que soit leur génération.

Avec mon complice Jean Jacques Thibaud avec qui j'ai déjà commis plusieurs spectacles (Tous des malades, Timéo), on a décidé de se jeter à corps perdu dans l'aventure et très vite, l'idée d'avoir une femme au coeur du spectacle est née. On a trouvé l'idée des différents âges, les

métiers, et bien sûr l'histoire et les chansons... On a beaucoup ri, on s'est beaucoup documenté auprès de différents docteurs dont notre partenaire Michel Mouly et on s'est jeté à corps perdu dans l'aventure.

Thomas, Romain et Jeremy sont venus au monde... enfin ils existaient déjà : je leur ai donné le nom des trois hommes qui ont le plus marqué ma vie (mon premier amour, mon ex-mari et mon ex tout court). Et Becky est arrivée. Personnage central qui allait résoudre les problèmes de nos trois garçons avec sa méthode sextraordinaire.

Comme ménopause, le but est que les garçons ressortent du spectacle avec des réponses à leurs questions, beaucoup plus de savoir, de la réflexion sur leur condition et surtout l'acceptation du monde dans lequel on vit et de qui ils sont quelle que soit la taille de leur engin ou de leur égo.

Et bien sûr on espère que nos mots soigneront leurs maux.

# Synopsis

Thomas, 58 ans, PDG d'une agence de pub,  
Romain, 42 ans, bibliothécaire,  
Jérémy, 25 ans, coach sportif,  
n'ont absolument rien en commun et pourtant...  
Ils traversent tous le même coup de mou :  
une crise d'identité terrible de leur masculinité  
(et de leur virilité).

Fin du patriarcat, culte de la performance, rôle de la femme,  
applications de rencontres, dysfonctionnements internes :  
leurs certitudes sont mises à ... mâle et ils se demandent  
quelle est la place des hommes aujourd'hui.

Mais heureusement leur salut viendra d'une femme !  
Becky, une sexothérapeute à la méthode révolutionnaire  
va tenter de les faire tenir debout ... de partout.

Une comédie jubilatoire destinée à faire du bien aux Mâles.  
Et par rebond, aux Femmes. Et donc, à sauver l'Humanité !  
RIEN QUE CA !

dans le rôle de **Becky** sexothérapeute, 30 ans



## Laura Masci

Après des études d'art dramatique au Conservatoire de Bruxelles, elle se lance dans le music-hall tout en faisant du doublage pour Disney, Nickelodeon ou encore *Orange is the new black*. Elle fait partie de l'ensemble de la comédie musicale *Évita* (Bruxellons) et danse une saison au cabaret parisien *Oh César*. Se tournant ensuite vers l'image avec des apparitions dans *L'Amour Ouf* ainsi que les séries *Parlement* et *Becoming Karl*, elle reçoit son premier prix d'interprétation du Rabat Comedy Festival grâce au court-métrage *Rando* de Mathieu Gari.

**Le mot d'Alex :** Époustouflante en audition malgré son relative inexpérience, Laura a su nous convaincre grâce à l'incroyable diversité de ses compétences. Elle est arrivée et c'était Becky.

## Ana Adams

Ana Adams parle presque toutes les langues, surtout le langage du corps ! Elle suit une formation d'acteur à Barcelone, puis à Madrid où elle crée sa compagnie de théâtre La Xirgu. Elle décroche des rôles importants à l'écran comme avec Blanca Suárez – l'actrice de *Demoiselles du téléphone*. En France, elle joue au CDN de Caen la pièce *Lady Macbeth Factory* de Mónica Espina et elle tourne. Elle chante aussi dans des groupes de jazz, funk et soul et compose ses propres chansons au piano et au ukulélé ! Son rêve : faire de Becky Ditch un personnage que les femmes rêvent de jouer comme moi elle rêvait de jouer Dorothy, Anita ou Maria !

**Le mot d'Alex :** Toute ma vie, je me rappellerai de l'audition d'Ana qui est arrivé avec une cravache et un tableau de présentation expliquant pourquoi elle devait avoir le rôle. Une boule d'énergie inarrêtable qu'on a envie de suivre !





dans le rôle de **Jérémy** coach sportif, 28 ans



## Pierre Vigie

Originaire du Pays Basque (le vrai, celui avec les piments et les vagues), Pierre est comédien et coach sportif, parce qu'il faut bien transpirer entre deux répliques. Globe-trotteur, amoureux du rire et des rencontres, il aime quand ça bouge. Même s'il a arpenté des immenses théâtres quand il jouait par exemple dans *Mamma Mia*, il a été étonné d'être choisi dans le spectacle. Il pense que c'est son profil "sportif un peu paumé en pleine déconstruction" qui a penché en sa faveur... Sinon... vous connaissez la position de l'huître ?

**Le mot d'Alex :** une autre évidence magique du casting. Outre ses qualités et le fait qu'il soit un coach sportif diplômé, ce qui peut aider pour jouer un coach sportif, c'est son humour et son inventivité qui nous ont convaincus en une fraction de seconde.

## Frank Ducroz

Frank fait ses premiers pas sur scène à 7 ans. Très vite, il suit des cours de danse et de chant puis quitte le sud, direction la capitale, pour intégrer l'AICOM où il suit une formation d'artiste pluridisciplinaire (chant, danse, théâtre). Il a joué notamment dans *Le livre de la jungle*, *Le Magicien d'Oz*, Hercule dans *Une Histoire à la Grecque*, *La Petite Sirène* et même à Disneyland Paris en tant que Kristoff dans le spectacle *la Reine des Neiges*. On l'a aussi vu dans *GITANS le Musical* au Théâtre Libre et dans *I WILL SURVIVE*. En parallèle de sa carrière d'artiste, Frank transmet sa passion avec l'équipe pédagogique de l'AICOM et de ATLA où il enseigne.

**Le mot d'Alex :** Arrivé en last minute au casting, Frank a décroché sa place au forceps... ce qui tombe bien pour jouer un prof de sport ! Toujours agréable et bosseur comme un fou, avec lui on sait à quoi ça sert que Ducroz se décarcasse !



dans le rôle de Romain bibliothécaire, 42 ans



## Edouard Collin

Adolescent, il ne rêvait que de théâtre, et c'est pourtant au cinéma qu'il débute en 2004 dans *Crustacés* et *Coquillages* à tout juste 17 ans. Ont suivi *Les irréductibles*, *Hell Phone* et *Nés en 68* et à la télévision, on l'a notamment vu en Vincent Humbert dans *Marie Humbert, l'amour d'une mère* mais aussi dans de nombreuses séries comme *Nina*, *Plus Belle La Vie*, *Les invisibles*, *Tandem*, *Demain nous appartient*... Mais sa vraie passion reste le théâtre de boulevard et le contact du public, et il joué dans de nombreuses comédies à succès telles que *Les Amazones*, *Les Amazones trois ans après*, *Panique au Ministère*, *La Candidate*, *Coup de Griffes*, *Révélation*... Mais aussi dans *Mes Adorées*, son seul scène autobiographique.

**Le mot d'Alex :** Cela fait plus de 20 ans que je suis fan du talent d'Edouard et je lui ai proposé de passer le casting sans savoir s'il chantait. Il ne savait pas non plus s'il en serait capable mais après quelques cours de chant avec notre légendaire David, il nous a tous bluffés. J'ai tellement hâte que le public le découvre comme jamais !

## Alexandre Serret

Alexandre se forme entre le Conservatoire de Grenoble et l'Académie des Arts Dramatiques de Biélorussie, avant de jouer sur les grandes scènes d'Europe de l'Est (*Notre-Dame de Paris*, *Roméo et Juliette*, *Les Misérables*...). Il tient le rôle de Sky dans *Mamma Mia*, incarne le premier rôle d'une comédie musicale écrite par Fabienne Thibeault (sa "maman de cœur") et alterne théâtre, télévision (*Scènes de Ménages*, *Workinggirls*), comédies (*Mission Pangolin* avec Nelson Monfort) et spectacles engagés (*Guantanamo*, soutenu par Amnesty).

**Le mot d'Alex :** Une belle histoire de casting ! Alex nous avait envoyé une vidéo d'essai fabuleuse mais s'était trop mis la pression sur le casting en live et le trac avait eu raison de sa performance. On lui a donné une seconde chance et ce grand timide a su la saisir et les gens vont pouvoir admirer son talent, sa fragilité et son humour.



dans le rôle de **Thomas** PDG, 58 ans



## Philippe d'Avilla

Pour résumer 40 ans de planches, il faudrait 40 pages de programme. Ça prend de la place et c'est long à lire... Donc, on va essayer de faire simple ! A 12 ans, Philippe décroche son premier contrat et depuis, il joue, il chante, il met en scène, il écrit, compose, coache, crée des costumes, des décors, réalise, produit... On l'a découvert jeune en *Peter Pan*, puis en meneur de revue et il devient très connu du grand public grâce au rôle de Mercutio dans *Roméo et Juliette*. Avant d'apparaître au cinéma ou à la télé. En gros, Philippe crée partout où il peut, aux quatre coins du monde mais il va mettre un peu un grand point, virgule, à sa bougeotte en se consacrant à ce rôle aux antipodes de qui il est vraiment !

**Le mot d'Alex :** Quand Philippe a accepté de passer le casting, j'étais super honoré. Je le connaissais parce que j'ai chanté 12724 millions de fois *Les rois du monde*. Je ne savais pas s'il pourrait faire un bon Thomas parce qu'il fallait le rendre insupportable. Et bien même si c'est un amour dans la vraie vie, il fait une magnifique ordure. Vie d'ange, vie d'ordure !



## Pascal Nowak

Pascal Nowak débute sa carrière de façon aussi improbable qu'enthousiasmante : à 21 ans, sans un seul cours de danse, il intègre des compagnies modernes et finit sur tous les plateaux télé des années 90 (*Dance Machine*, *Graines de Star*, *Arthur...*). Danseur, puis chanteur lead du groupe Génération Latina, il tourne dans le monde entier, du Stade Vélodrome à la Russie. Comédien formé au théâtre classique, il reçoit plusieurs prix d'interprétation et devient une voix incontournable du doublage qu'on entend dans *Game of Thrones*, *Breaking Bad*, *The Crown* ainsi que chez Disney.

**Le mot d'Alex :** Comme Pascal n'avait pas fait de scènes depuis des années, on ne savait pas à quoi s'attendre au casting où il est venu pour le rôle de Romain ! Mais quand il m'a raconté sa vie de papa de deux parents et séparé, exactement comme le personnage de Thomas, je lui ai demandé de tenter le rôle sans l'avoir travaillé. Et bizarrement, ça lui collait parfaitement !



# le co-auteur Jean-Jacques Thibaud



Jean-Jacques Thibaud a écrit pour de nombreux artistes, notamment Catherine Lara avec qui il a signé 4 albums, le générique de *Terre Indigo* et les textes du spectacle de Hip-hop *Identités*. Il a collaboré plus de 10 ans avec l'Unité Jeunesse de France Télévisions et publié une quinzaine d'ouvrages souvent liés à sa passion pour les néologismes et les aphorismes. Il a également signé plusieurs pièces de théâtre et comédies musicales, dont *Tous des malades* et *Timéo*, mis en scène par... Alex Goude.

## Le Mot de JJ

Depuis 30 ans, mes projets abordent des thèmes fondamentaux (droits humains, discriminations, handicap, environnement...). Grâce aux échanges récurrents avec ma fille, journaliste et autrice, spécialiste des sujets culture, société et des questions de féminisme, j'ai réalisé à quel point les femmes ont toujours été minimisées, ostracisées, invisibilisées dans tous les domaines.

En me penchant sur mes propres expériences, rarement simples, avec la gent féminine, j'ai pris conscience de l'importance et de l'urgence à parler des rapports hommes-femmes, pour expurger les non-dits, les tabous et les comportements toxiques qui viennent souvent de nous, les hommes. Alex Goude et moi sommes tout sauf des men opposés, car, en plus d'avoir mis en scène avec brio deux de mes spectacles (*Tous des malades* et la circomédie musicale *Timéo*), le susnommé est un ami précieux et un bosseur extraordinaire (Il a 8 bras, 8 cerveaux, mais heureusement... une seule parole !)

Quand, tout en douceur, Alex m'a proposé de coécrire *Men en pause*, je lui ai immédiatement donné mon consentement ! Cette magnifique aventure est l'occasion de faire rire et réfléchir sur des questions excitantes et existentielles, d'interroger sans accuser, d'amener chacun de nous à crever les abcès, les abus et les souffrances de nos vies amoureuses. Pour moi, cette grande traversée entre humour et littérature s'inscrit comme une lumineuse thérapie, un volumineux exutoire. Elle est également une tentative de réconciliation, entre les hommes et les femmes et, surtout, entre les hommes et leurs psychés.

Bref, que nous soyons des men ou des women, une chose est certaine : on peut mettre notre sexe sur pause, mais on ne doit jamais mettre notre cœur sur stop !

# Le mot du metteur en scène

Toute l'idée était de faire un show qui n'avait rien à voir avec *Ménopause* tout en étant quand même un petit frère. Et toute la logique de la mise en scène était aussi d'utiliser le même théâtre mais avec le décor de *Ménopause* prenant pratiquement toute la place disponible sur scène ! Du coup, je suis parti sur des écrans et sur juste trois fauteuils assez sympas mais comme toujours entre avoir l'idée sur le papier et faire en sorte qu'elle marche il y a tout un monde donc merci à Charlotte et Jordan mes coproducteurs d'amour et merci à Laurence, Antoinette, Hamel et Jean Marc Dumontet de me suivre dans mes délires.

L'idée est que nous rentrions tous dans le cabinet du Dr Becky Ditch et que grâce aux vidéos de mon ami Ludovic Mayeux, grâce aux chorégraphies de mon âme soeur Johan Nus, grâce aux harmonies vocales divines de mon poto David « Eva » Jean, grâce aux lumières du brillant Emmanuel Cordier, grâce aux costumes du fidèle Frederic Schamberger et grâce aux jolies notes des divins Maxime Rodriguez, Philippe Gouadin et Frédéric Ruiz, on soit transporté ailleurs. Et qu'on croit au côté relativement surréaliste de cette thérapie.

Évidemment tout cela n'aurait pas été possible

sans des comédiens dont tout le talent est de rendre l'immensité de la tâche invisible mais je leur demande quand même de jouer, de chanter, de courir, de danser et littéralement de se mettre à nu. Et ils sont exceptionnels et donnent vie tous les soirs aux personnages que j'ai eu la chance de façonner avec un orfèvre des mots.

Oui monsieur Jean Jacques Thibaud, mon ami et mon partenaire sur ce projet. Un être humain complexe, fou, incroyablement touchant mais surtout d'une intelligence ébouriffante. Merci mon JJ et c'est un plaisir de te retrouver après ce qui fut ma plus belle expérience sur scène (*Timéo*) et dont évidemment on retrouve une trace dans *Men en Pause*...

J'espère de tout mon cœur que *Men en Pause* vous fera rire bien sûr, mais aussi vous rassurera, vous émouvera, vous donnera envie d'aimer les hommes et les femmes, vous fera réfléchir et vous fera revenir au théâtre. Pour voir *Ménopause*. Ou autre chose.

N'hésitez pas bien sûr à me donner votre avis sur les réseaux (@alexgoudeofficiel un peu partout).



Merci à tous et bon spectacle !!!

# La Production

## TikTak Prod

TikTak Prod a été créée en 2020 afin de produire des artistes coups de cœur. Elle produit ainsi essentiellement le duo Les Apollons (plus de 300 représentations à Paris, Avignon, dans toute la France et en Belgique), *Folle du Titanic* d'Emmeline Naert présenté au public au Festival d'Avignon en 2025. La petite société de production devient plus grande en rejoignant Alex Goude à partir de 2024 sur les projets *Ménopause* et *Men en Pause*. Elle est fondée et dirigée par deux passionnés.



## Charlotte Leroy

Charlotte a grandi au sein d'une famille de musiciens sur Orléans. Elle a elle-même dès son plus jeune âge pratiquer la musique (piano, hautbois, saxophones) et est devenue professeur de musique en écoles de musique. Mais elle a pourtant choisi une autre voie professionnelle, en devant en 2000, responsable administratives et financières des collections au muséum National d'histoire Naturelle de Paris durant 15 ans.

De retour sur Orléans, elle a commencé à travailler dans différentes sociétés de production, puis s'est associée en 2020 avec Jordan Sarralié pour créer leur société de production TikTak Prod.

## Jordan Sarralié

Jordan est un quadra dynamique, ancien sportif de haut niveau international en judo et lutte. Ouais, faut pas l'embêter !! Mais il est doux comme un agneau dans ses fonctions de conseiller en gestion de patrimoine, qu'il exerce depuis 25 ans à Orléans.

Passionné par le cinéma, le théâtre et la comédie musicale, il a décidé de se lancer en 2016 dans la production artistique avec des shows comme *Gospel sur la Colline* aux Folies Bergère, *Petit Ours Brun* au théâtre du Gymnase, *la Passation* aux Feux de la Rampe, *Enooormes* au théâtre Trévis, *le Piano perd les pédales* au Grand Point Virgule déjà avec Alex Goude, *Il était une fois* au Mélo d'Amélie où il est associé du théâtre depuis 2018 et «*les Apollons*» en tournée en France et en Belgique. Il est aussi producteur de cinéma depuis 2018 avec des films comme *Hostile*, *Méandre* et *Gueules Noires* de Mathieu Turi, *Une barque sur l'océan* de Arnold de Parscau ou *Pilote* de Paul Doucet.



Dans le même théâtre depuis juin 2024,  
les mêmes jours  
du même auteur et même metteur en scène

# MÉNOPAUSE

LA COMÉDIE QUI BOUSCULE LES RÈGLES !



## Synopsis

Séverine, cheffe d'entreprise, Odile, comédienne, Nadine, mère de famille modèle, et Roselyne, agricultrice spécialiste en plantes médicinales mexicaines, se retrouvent coincées aux Galeries Lafayette le premier jour des soldes.

Ces quatre héroïnes des temps modernes n'ont rien en commun, à l'exception près qu'elles s'aperçoivent qu'elles vivent toutes ce que la moitié de l'humanité traverse irrémédiablement mais qui reste tabou : la mé-no-pause.

Venez partager vous aussi leurs bouffées de bonne humeur dans cette comédie qui bouscule les règles où finalement, la sororité finit en haut de l'affiche.

n° 1 des critiques avec 10/10 sur billereduc  
déjà 100 000 spectateurs

# Contact Presse et Médias



**Pascal Zelcer**

**Notre attachant attaché de presse**

Outre son activité de comédien, Pascal Zelcer mène depuis plus de vingt ans un travail reconnu dans le domaine des relations presse pour le spectacle vivant. Formé au Cours Florent puis à l'École du Passage, il multiplie les rôles au théâtre, cinéma et télévision et parallèlement, développe une carrière d'attaché de presse où il défend avec exigence et fidélité des artistes, des compagnies et des institutions culturelles.

Curieux, rigoureux et passionné, il se distingue par une approche à la fois humaine et stratégique, fondée sur une connaissance fine des médias et un lien direct avec les journalistes. Il accompagne les créations de leur conception jusqu'à leur diffusion, en privilégiant la qualité des œuvres et la cohérence des projets, s'impliquant uniquement dans des spectacles auxquels il croit et est devenu l'attaché de presse d'Alexis Michalik, Jean-Philippe Daguerre et des chatouilles d'Andréa Bescond.

Ce double regard – artistique et médiatique – fait de Pascal Zelcer une figure singulière du paysage culturel français, à la fois interprète sensible et passeur éclairé entre les scènes et la presse.

## Contact

**40 bis avenue du Maréchal Juin  
93260 Les Lilas**

**+33 (0)6 60 41 24 55 - [pascalzelcer@gmail.com](mailto:pascalzelcer@gmail.com)**

# MEN EN PAUSE

du mercredi au vendredi

21h00

les samedis

21h30

les dimanches

19h00

# MÉNOPAUSE

du mercredi au vendredi

19h00

les samedis

18h00

les dimanches

17h00

au Grand Point-Virgule  
8bis rue de l'Arrivée - 750015 Paris

## Rejoignez-nous sur nos réseaux !

# MEN EN PAUSE



@menenpausecomédie

# MÉNOPAUSE



@menopausecomédie