

Héloïse – Rubbish Rubbish [021CAF?]

[12" EP + digital release]

Release Date: 14.11.25

↳ [Stream](#)





EN CAF? is really happy to welcome a new member in their family. Active in various projects since 1993(!), Héloïse is the latest solo project of Zurich-based singer and musician Sabina Leone. With her second EP *Rubbish Rubbish*, she explores endless musical possibilities with healthy greed. Her music builds on multiple layers, combining loops to merge voices and drums into hypnotic rhythms. Genuine, generous, gritty, *Rubbish Rubbish* is an adventurous journey through different genres: expect weird dub, Casio pop anthem, droney laments, and drums extravaganzas.

FR CAF? est très heureux d'accueillir une nouvelle personne dans sa famille. Active dans divers projets depuis 1993(!), Héloïse est le projet solo le plus récent de la chanteuse et musicienne zurichoise Sabina Leone. Avec son deuxième EP *Rubbish Rubbish*, elle explore des possibilités musicales infinies avec une saine gourmandise. Sa musique est faite de multiples couches, combinant des boucles pour fusionner voix et percussions en rythmes hypnotiques. Authentique, généreux, brut, *Rubbish Rubbish* est un voyage aventureux à travers différents genres: dub étrange, hymnes pop au Casio, lamentations lancinantes et envollées de batterie.



© Tom Huber

LINER NOTES BY FANNY CHIARELLO

EN “Before I begin creating music, I warm up. The exercises help me reach a state of openness and emptiness. Bring the physical opposites of my body into a state of tensionless tension, in order to unite drumming and singing,” explains Sabina Leone. Reading these words, you may imagine a meditative music, which softness absorbs the overflow of emotions specific to our times, while civilization continues to accelerate as if to crash more quickly against the point of no return. But that's not what we're talking about here. “I organize my thoughts and emotional chaos with music,” she says. It is about giving chaos a harmonious shape.

There is indeed something hypnotic about the four tracks on *Rubbish Rubbish*, quite understandably as each was conceived through improvisation over loops. Yet, what strikes you upon first listening is their eclecticism. Héloïse's musical personality is strong enough for this first impression to be coupled with the satisfaction provided by a coherent whole, but with the added bonus of a little spice: that of freedom. Through this opus, you can sense the artist's boundless curiosity, which leads us far from asceticism. I consider it a form of healthy appetite for the infinity of musical possibilities: Sabina doesn't hold back from experimenting wherever her creativity leads her and develops each idea generously. “The creative process is different for each song,” she admits.

You might think you're dealing with a mutant dub record when you hear *Anelare l'aria*, which opens this EP, with its slow, deep percussion, delay effects and flute sound. Then Sabina's voice processed by some kind of glitchy auto-tune adds a sprinkle of trap to the mix. The lyrics, in Italian, describe the interference of technology in our earthly experience. The song stretches out into a hypnotic minimalism, with the pulsing of the frame drum.

Then it's as if you've left the dancefloor to freshen up and come back to another venue. But you stay, and you raise your arms because you're caught up in one of those melancholic club anthems that you remember long after the night has passed. *Rubbish Rubbish*, which gave the EP its title and which Sabina intended to be a punk song, has morphed into an irresistible Casio-pop hymn, carried by a warm, deep and vibrant voice: We don't need more waste on this world / We need more to unfurl, Sabina sings to us over silky, shimmering music reminiscent of *The Knife*—one thinks of *Pass This On* and its synth that sounds like a steel drum for eternity. I'm talking about the kind of alchemy that can turn pop into legend.

Then, without you being prepared, you're plunged into a room with a more mysterious atmosphere, *Essere Madre*. The musician loops her voice, becoming a choir of herself against a backdrop of a vocal drone, and over these loops, she improvises a lament, moving easily from low to high notes, using vocal techniques evocative of Meredith Monk or Lyra Pramuk, but also ancestral techniques such as ululation. We are in ancient Greece, with the mourners, and we are here and now, in a world where there is so much to mourn. “I dedicate this lament to all those left behind who have lost their loved ones in war,” says Sabina.

Piccola Mano also relies on loops, this time focusing more on the artist's primary instrument. My impression is that Sabina is tap-dancing while playing the drums—this, she tells me, is the effect of the triplets. Inspired by the experience of childbirth [something a nulliparous woman like me could not have guessed], this percussive pyrotechnics is accompanied by contrasted vocals: sometimes restrained, almost a breath, at times it expresses fully its plasticity, leaving a tremolo behind to suddenly vibrate the mic close to saturation. The intimate address of a mother to her daughter cannot erase the pains of childbirth nor the darkness of the world from which she would like to protect her.

In 1962, 25 year-old David Hockney presented four canvases in Young Contemporaries exhibition in London. He titled this eclectic four-piece body of work *Demonstrations of Versatility*, as a painted manifesto claiming that he refused to be pinned down to a single style. Yet you could always tell which was a David Hockney piece. I hear *Rubbish Rubbish* as Sabina Leone's own demonstrations of versatility.

LINER NOTES BY FANNY CHIARELLO

FR « Avant de commencer à créer de la musique, je m'échauffe. Ces exercices m'aident à atteindre un état d'ouverture et de vide. Ils amènent les opposés physiques de mon corps à un état de tension sans tension, afin d'unir percussions et chant », explique Sabina Leone. Lisant ces mots, on peut imaginer un univers méditatif, dont le moelleux absorberait le trop-plein d'émotions propre à notre époque, tandis que la civilisation n'en finit pas d'accélérer comme pour se fracasser plus vite contre le point de non-retour. « J'organise mes pensées et mon chaos émotionnel avec la musique », dit-elle.

Il y a en effet quelque chose d'hypnotique dans les quatre titres de Rubbish Rubbish et, de fait, chacun a été conçu en improvisation sur des boucles. Pourtant, ce qui frappe à la première écoute, c'est leur éclectisme. La personnalité musicale d'Héloïse est assez forte pour que cette première impression se double de la satisfaction que procure un ensemble harmonieux, mais avec en prime un petit piment: celui de la liberté. Car à travers cet opus, se devine la curiosité tous azimuts de l'artiste, qui nous mène loin de l'ascèse. J'y vois une forme de saine gourmandise pour l'infini des possibles musicaux : Sabina ne se prive pas d'expérimenter là où sa créativité la mène et développe chaque idée avec générosité. « Le processus créatif est différent pour chaque chanson », avoue-t-elle.

Ainsi, vous pouvez penser que vous avez affaire à un disque de dub mutante quand vous entendez Anelare l'aria, qui ouvre ce EP : percussions lentes et profondes, effets de delay, un son de flûte en introduction, ensuite de quoi une voix transformée par une espèce d'auto-tune dégénéré ajoute à l'ensemble une pincée de trap. Les paroles, en italien, déplorent les interférences des technologies dans notre expérience terrestre. La chanson étire un minimalisme hypnotique, avec la pulsation du frame drum.

Puis c'est comme si vous aviez quitté le dancefloor pour aller vous rafraîchir et que vous reveniez dans une autre salle. Mais vous restez, et vous levez les bras car vous êtes happé-e par un de ces hymnes mélancoliques et dansants que l'on se rappelle longtemps après la mort de la nuit.

Rubbish Rubbish, qui a donné son titre au EP et que Sabina voulait punk, s'est mué en une chanson casio pop irrésistible, portée par une voix chaude, profonde et vibrante : We don't need more waste on this world / We need more to unfurl, nous chante Sabina sur une musique soyeuse et moirée qui n'est pas sans évoquer The Knife – on peut penser à Pass This On et à son synthé qui sonne comme un steel drum pour l'éternité. Je veux parler du genre d'alchimie qui peut faire basculer la pop dans la légende.

Puis, sans que vous soyez préparé-e, vous voici plongé-e dans une pièce à l'atmosphère plus mystérieuse, Essere Madre. La musicienne boucle sa voix, devient un chœur d'elle-même sur fond d'un drone lui-même vocal, et sur ces boucles, elle improvise un lamento, passant avec aisance des graves au suraigu, usant de techniques vocales évocatrices de Meredith Monk ou de Lyra Pramuk mais aussi de techniques ancestrales telles que l'ululation. Nous sommes dans la Grèce antique, avec les pleureuses, et nous sommes ici et maintenant, dans un monde où il y a tant à pleurer. « Je dédie cette lamentation à ceux qui ont perdu des êtres chers à la guerre », dit Sabina.

Piccola Mano repose également sur des boucles, en se concentrant cette fois davantage sur l'instrument premier de l'artiste. Mon impression est que Sabina fait des claquettes en même temps qu'elle joue de la batterie – c'est, me dit-elle, l'effet des triolets. Inspirée par l'expérience de l'accouchement, ce qu'une nullipare telle que moi n'aurait pu deviner, cette pyrotechnie percussive s'accompagne d'un chant contrasté qui, parfois tout en retenue, presque un souffle, par instants joue de sa propre plasticité, quittant un trémolo pour faire saturer le micro. C'est que l'adresse intime d'une mère à sa fille ne saurait effacer les douleurs de l'enfantement ni la noirceur du monde dont elle voudrait la protéger.

En 1962, David Hockney, alors âgé de 25 ans, présenta quatre toiles à l'exposition Young Contemporaries, à Londres. Il intitula cet ensemble éclectique de quatre œuvres Demonstrations of Versatility (traduit en français par Démonstration de mes talents divers), un manifeste pictural affirmant son refus de se laisser enfermer dans un style unique. Pourtant, on identifie une œuvre de David Hockney en un regard. J'écoute Rubbish Rubbish comme les Demonstrations of Versatility de Sabina Leone.

SABINA LEONE – BIO

EN The 12" vinyl EP "Rubbish Rubbish" on the French-speaking Swiss independent label CAF? is Héloïse's second release following the cassette "One Click One Scroll" [2023]. Héloïse's first performance took place in 2021 in Brione at the Verzasca Photo Festival. Since then, Héloïse has played over 30 concerts in Zurich, Bern, Basel, Altdorf, Mülheim an der Ruhr, Berlin, Paris, Offenburg, Stuttgart, Karlsruhe... followed by a fall tour in Switzerland and Germany in 2025. Héloïse is a solo project by Sabina Leone, a singer and drummer from Zurich. A musically diverse artist, she has performed with Sabina Leone and her band as a singer (solo album "Mancare" 2007), with the duo Sorelle Leone, and from 1993 to 1998 with the all-female band Wemean (album "Wemean," 1996). She has also performed in theater productions (Theater am Hechtplatz Zurich, Theaterhaus Gessnerallee Zurich, Kunstencentrum Vooruit Gent, La Rive Gauche Rouen), with a classical music trio, provided short film soundtracks, and created silent film scores and music for a fairy tale. She has given voice training workshops at the LUFF Festival in Lausanne and teaches at the Galotti Musikwerkstatt in Zurich.



© Tom Huber

FR L'EP vinyle 12" «Rubbish Rubbish» sur le label indépendant suisse romand CAF? est la deuxième sortie d'Héloïse après la cassette «One Click One Scroll» [2023]. Sa première performance a eu lieu en 2021 à Brione, lors du Festival Photo de Verzasca. Depuis, Héloïse a donné plus de 30 concerts à Zurich, Berne, Bâle, Altdorf, Mülheim an der Ruhr, Berlin, Paris, Offenburg, Stuttgart, Karlsruhe... suivis d'une tournée en Suisse et en Allemagne à l'automne 2025. Héloïse est un projet solo de Sabina Leone, chanteuse et batteuse zurichoise. Artiste aux musiques variées, elle s'est produite avec Sabina Leone et son groupe en tant que chanteuse (album solo «Mancare», 2007), avec le duo Sorelle Leone, et de 1993 à 1998 avec le groupe féminin Wemean (album «Wemean», 1996). Elle s'est également produite au théâtre (Theater am Hechtplatz Zurich, Theaterhaus Gessnerallee Zurich, Kunstencentrum Vooruit Gent, La Rive Gauche, Rouen), avec un trio de musique classique, a composé des bandes originales de courts métrages et a créé des musiques de films muets et de contes de fées. Elle a animé des ateliers de formation vocale au Festival LUFF de Lausanne et enseigne à l'Atelier de Musique Galotti de Zurich.

DE Die 12" Vinyl EP „Rubbish Rubbish“ auf Westschweizer Independent Label CAF? ist der zweite Release von Héloïse nach der Kassette „One Click One Scroll“ [2023]. Der erste Auftritt von Héloïse fand 2021 in Brione am Verzasca Foto Festival statt. Seither spielte Héloïse über 30 Konzerte in Zürich, Bern, Basel, Altdorf, Mülheim an der Ruhr, Berlin, Paris, Offenburg, Stuttgart, Karlsruhe ... gefolgt von einer Herbsttournee 2025 in der Schweiz und in Deutschland. Héloïse ist ein Soloprojekt von Sabina Leone, Sängerin und Schlagzeugin aus Zürich. Musikalisch vielfältig unterwegs trat sie mit Sabina Leone und Band als Cantautrice auf (Soloalbum „Mancare“, 2007), mit dem Duo Sorelle Leone, und von 1993 bis 1998 mit der Frauenband Wemean (Album „Wemean“, 1996). Ebenfalls wirkte sie bei Theaterproduktionen (Theater am Hechtplatz Zürich, Theaterhaus Gessnerallee Zürich, Kunstencentrum Vooruit Gent, La Rive Gauche Rouen), mit einem Trio klassischer Musik, lieferte Kurzfilm-Soundtracks und realisierte Stummfilmvertonungen und Musik für eine Märchenerzählung. Workshops für Stimmbildung gab sie bereits am LUFF Festival in Lausanne und unterrichtet in der Galotti Musikwerkstatt in Zürich.

DATES

All dates available here:

<https://sabinaleone.ch/shows/>

HÉLOISE LIVE

→ [Héloïse live at Muhlheimer Zöngtage \(November 2024\) - Part 1](#)

→ [Héloïse live at Muhlheimer Zöngtage \(November 2024\) - Part 2](#)



CONCERT PREVIEW

EN With her second EP, Héroïse explores endless musical possibilities with healthy greed. She's unafraid to experiment wherever her versatility takes her, developing each idea with generosity. She combines drums and vocals in hypnotic minimalism, works with delay effects, tap-dances triplets to contrasting vocals—sometimes restrained, almost whispering, sometimes playing with her own plasticity—improvises over loops, and creates a melancholic, danceable anthem that will have you raising your arms and letting yourself be captivated by her warm, deep, and vibrant voice. An irresistibly silky, shimmering Casio pop song that will stay with you long after the night is over. Unprepared, you're immersed in a mysterious atmosphere where the musician repeats her voice in a loop, putting you into a trance as a choir of herself.

FR Avec son deuxième EP, Héroïse explore des possibilités musicales infinies avec une saine gourmandise. Elle n'a pas peur d'expérimenter partout où sa polyvalence la mène, développant chaque idée avec générosité. Elle combine batterie et chant dans un minimalisme hypnotique, travaille avec des effets de delay, claquette des triolets sur des voix contrastées – tantôt retenues, presque murmurées, tantôt jouant avec sa propre plasticité –, improvise sur des boucles et crée un hymne mélancolique et dansant qui vous fera lever les bras et vous laisser captiver par sa voix chaude, profonde et vibrante. Un morceau pop Casio irrésistiblement soyeux et chatoyant qui vous accompagnera longtemps après la fin de la soirée. Sans préparation, vous êtes plongé dans une atmosphère mystérieuse où la musicienne répète sa voix en boucle, vous plongeant en transe comme un chœur d'elle-même.

DE Mit der zweiten EP schöpft Héroïse mit gesunder Gier unendliche musikalische Möglichkeiten aus. Sie scheut sich nicht, zu experimentieren, wohin auch immer ihre Vielseitigkeit sie führt und entwickelt jede Idee mit Grosszügigkeit. Schlagzeug und Gesang vereint sie zu hypnotischen Minimalismus, arbeitet mit Delay-Effekten, steppt Triolen zu kontrastierenden Vocals – mal zurückhaltend, fast flüsternd, mal mit ihrer eigenen Plastizität spielend – improvisiert über Loops und kreiert eine melancholische tanzbare Hymne um die Arme zu heben, um sich von der warmen, tiefen und lebendigen Stimme fangen zu lassen. Ein unwiderstehlich seidig schimmernder Casio-Popsong, an den man sich noch lange nach der Nacht erinnert. Unvorbereitet taucht man in eine geheimnisvolle Atmosphäre ein, wo die Musikerin ihre Stimme in einer Schleife wiederholt und als Chor ihrer selbst in Trance versetzt.



© Tom Huber

TRACKLIST

A1	Anelare l'aria	8:34
A2	Rubbish Rubbish	7:07
B1	Essere Madre	6:58
B2	Piccola Mano	6:32

CREDITS

All Songs written and arranged by Sabina Leone
Voice, Drums, Casio, Loops, Effects by Sabina Leone
Engineered and Recorded by Daniel Hobi
Mixed by Daniel Hobi and Sabina Leone
Mixed and Recorded at Atelier für Ton und Musik, Zürich
Mastered by Daniel Hobi
Design by Katharina Reidy, Cobo
Video by Michelle Ettlin
Photography by Tom Huber

TOUR & EP 12" Vinyl "Rubbish Rubbish"
realized with financial support of Popkredit der Stadt Zürich, Kanton
Zürich Fachstelle Kultur, C. und A. Kupper-Stiftung.

CONTACT

Sabina Leone

→ sabina_leone@icloud.com

→ <https://heloise.bandcamp.com>

→ www.instagram.com/heloise/

CAF?

→ caf4rec@gmail.com

LINKS

ARTWORK/PICTURES

<https://drive.google.com/drive/folders/1V4IMoc9Ai0d5jztqfhAjK69XvDdF86pL>

STREAM

<https://on.soundcloud.com/rigmC0pSGmRwRM37Gz>

RUBBISH RUBBISH MUSIC VIDEO

<https://www.youtube.com/watch?v=EGAYBPeyjc>

WEBSITE

<http://unptit.cafe/>

<https://sabinaleone.ch/>

SOUNDCLOUD

https://soundcloud.com/caf_rec

<https://soundcloud.com/he-loi-se>

BANDCAMP

<https://unptitcaf.bandcamp.com/>

INSTAGRAM

<https://www.instagram.com/heloise/>

<https://www.instagram.com/unptit.cafe/>

CAF? – À Propos

CAF? est une association et un label de musique basé entre Lausanne et Vevey (CH), qui a pour but de produire et promouvoir des musiques actuelles. En mettant un accent sur le processus de collaboration, CAF? soutient majoritairement la réalisation de projets d'artistes indépendants régionaux, mais aussi parfois internationaux. Le label a dépassé la vingtaine de sorties, majoritairement influencé par la musique club. Mais CAF? se ballade également dans d'autres contrées telles que la synth-pop de Reymour, l'italo-disco de Gino Ritmo & Ricci Verace ou encore via une bande-originale de la performeuse Renée Van Trier. Le collectif a également organisé plus de 50 concerts et événements depuis 2018.

CAF? – About

CAF? is an association and a music label based between Lausanne and Vevey (CH) that aims to produce and promote contemporary music. With a strong emphasis on the collaborative process, CAF? primarily supports the realization of projects by independent regional artists, and occasionally international artists as well. The label released more than twenty projects, mostly influenced by club music. However, CAF? also explores other musical territories such as Reymour's synth-pop, Gino Ritmo & Ricci Verace's Italo-disco, and even a soundtrack by performer Renée Van Trier. Since 2018, the collective has also organized over 50 concerts and events.

