A woman with long brown hair is singing into a microphone on a stage. She is wearing a dark jacket. The background is dark with some stage lighting. The text is overlaid on the image.

L E S P E C T A C L E

# COMME UN OISEAU DANS L'EAU

TÉMOIGNAGE D'UNE QUÊTE  
D'IDENTITÉ

PAR VALENTINE SEMOULIN

---



# SYNOPSIS

Naître femme : avoir pioché la mauvaise carte...  
C'est ce que j'ai trop longtemps cru.

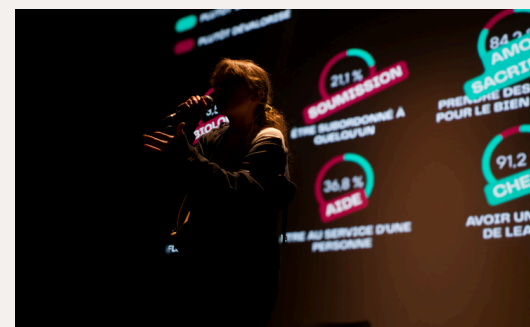
Comme un oiseau dans l'eau vous plongera dans les pensées et les yeux de l'artiste, pour ressentir le monde tel qu'elle l'a vécu, à un moment précis de sa vie. Il raconte une histoire de quête d'identité, de blessures, de questionnements et de foi – une foi qui traverse, vacille, interroge.

Plus qu'un spectacle, c'est une expérience à vivre. Entre récit, chansons et réflexions avec le public il offre à chacun un espace pour interroger ses propres blessures, ses croyances, mais aussi tout ce qui, dans une vie, vient nous bousculer ou nous faire grandir.

L'idée n'est pas de créer un débat, mais d'ouvrir un chemin vers l'espoir, à travers un changement de regard.

Public : Tout public. Pour une réflexion personnelle approfondie, recommandé à partir de 15 ans.

Durée : Environ 1h10



# ARTISTE



Valentine, 25 ans, passionnée de voyages, de musique et de rencontres.

Longtemps, j'ai cru qu'être une femme était un fardeau, une malchance. J'ai grandi en cherchant à prouver ma valeur, à me détacher de tout ce qui faisait "féminin".

Puis j'ai compris que le problème n'était pas ce que j'étais, mais ce que je croyais devoir être.

Aujourd'hui, à travers mon histoire, je souhaite offrir un espace pour repenser nos représentations, mais aussi partager des pistes de réflexion pour voir les choses différemment et se relever de blessures, quelles qu'elles soient.

---

# FICHE TECHNIQUE

Pour le bon déroulement du spectacle, certaines conditions techniques sont nécessaires.

## Plateau & technique

---

- Espace scénique minimal : 9 m<sup>2</sup>, surface plane et dégagée, avec mur ou écran de projection visible.
- Matériel : une chaise simple et un vidéo-projecteur
- Éclairage : Prévoir un éclairage de face et des ambiances simples. Installation et réglages à adapter avec le régisseur du lieu.

## Sonorisation

---

La sonorisation fournie par la salle est nécessaire, **avec un.e technicien.ne son** pour le réglage et le mixage pendant le spectacle.

Matériel demandé :

- Une ou plusieurs enceintes de façade et éventuels rappels en fonction de la taille de la salle et du nombre de spectateurs.
- Une enceinte de retour
- 1 micro sans fils
- Une table de mixage
- Câblages (rallonge électriques et multiprises)
- Le micro-casque est fourni par l'artiste

En cas de difficulté pour fournir ce matériel, merci de me contacter afin que nous puissions trouver une solution adaptée.

## Installation et test

---

Un accès anticipé à la salle (idéalement 3 à 4 heures avant l'ouverture) est fortement recommandé pour garantir des conditions techniques et artistiques optimales.

# AVIS SPECTATEURS

*“Un spectacle émouvant, rempli de douceur, de profondeur, de questionnement, de sincérité, d’humilité, de vulnérabilité et tellement touchant... Personne ne peut rester indifférent !”*

Anne-Lise

*“Cette soirée m’a beaucoup touché par la liberté que Valentine a eu de traiter ouvertement ce sujet de l’identité féminine.*

*En tant qu’homme, j’ai été éclairé sur l’importance du regard et des paroles que je porte sur les femmes. Je recommande vivement !”*

David

*“J’ai été carrément bluffé. Pas seulement par les motifs musicaux entraînants : c’est l’ensemble de la prestation qui m’a interpellé, autant sur le fond que sur la forme. Je me suis immédiatement senti concerné par le récit du parcours de Valentine. J’ai été saisi par l’authenticité de son histoire et touché aussi par ce sujet de société incontournable et touchy. Il y a une vraie force dans sa douceur. C’est à la fois beau, puissant et profondément réflexif. »*

Jean-Yves

*“J’ai vraiment passé un super moment. Le spectacle était enrichissant et m’a permis de réfléchir à ma vision de la femme et de moi-même. Son authenticité et sa sensibilité nous on accroché dès le départ !”*

Zoé

*“J’étais dans ma bulle pendant tout le spectacle. C’est dans mes propres blessures que ce spectacle m’a accompagné. Merci pour cette nouvelle vision !”*

Jonathan

*“Après un truc comme ça, moi ça me donne envie d’exister !”*

Julia

# CONTACT

Devis sur demande

 **07 68 08 64 42**

 **[ateliersfocus.com](http://ateliersfocus.com)**

 **[v.semoulin@gmail.com](mailto:v.semoulin@gmail.com)**

---