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

*“Pour avoir de la valeur, il aurait fallu que je sois un homme.”*  
C’est ce que j’ai trop longtemps cru.

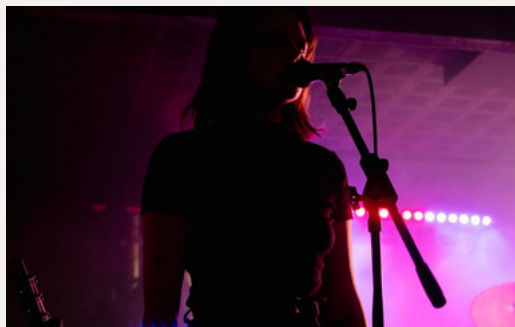
*Comme un oiseau dans l’eau* vous plongera dans les pensées et les yeux de l’artiste, pour ressentir le monde tel qu’elle l’a vécu, à un moment précis de sa vie.

Ce n’est pas seulement un temps pour voir le monde à travers les yeux d’une femme blessée puis guérie : c’est aussi un espace pour prendre conscience de ses propres blessures, quelles qu’elles soient, réfléchir à leur impact sur sa vision du monde et avancer vers la guérison.

Entre récit, conférence, chansons et interactions avec le public, cette expérience permet d’expérimenter, aux côtés de l’artiste, le passage de la douleur à l’espoir.

Durée : Environ 1h20

Public : Tout public



# 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.

## Besoin en espace scénique

---

- Espace scénique minimal : 3 m x 3 m (9 m<sup>2</sup>), surface plane et dégagée, avec mur ou écran de projection visible.
- Matériel : une chaise simple, un pupitre et un vidéo-projecteur

## Besoin en sonorisation

---

Le spectacle est autonome en sonorisation pour les petites salles. Pour les salles accueillant plus de 70 personnes, 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 ou plusieurs enceintes de retour.
- 2 micros 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

---

- Temps de montage et balances : 45 min
- Temps de démontage : 30 min

# 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.*

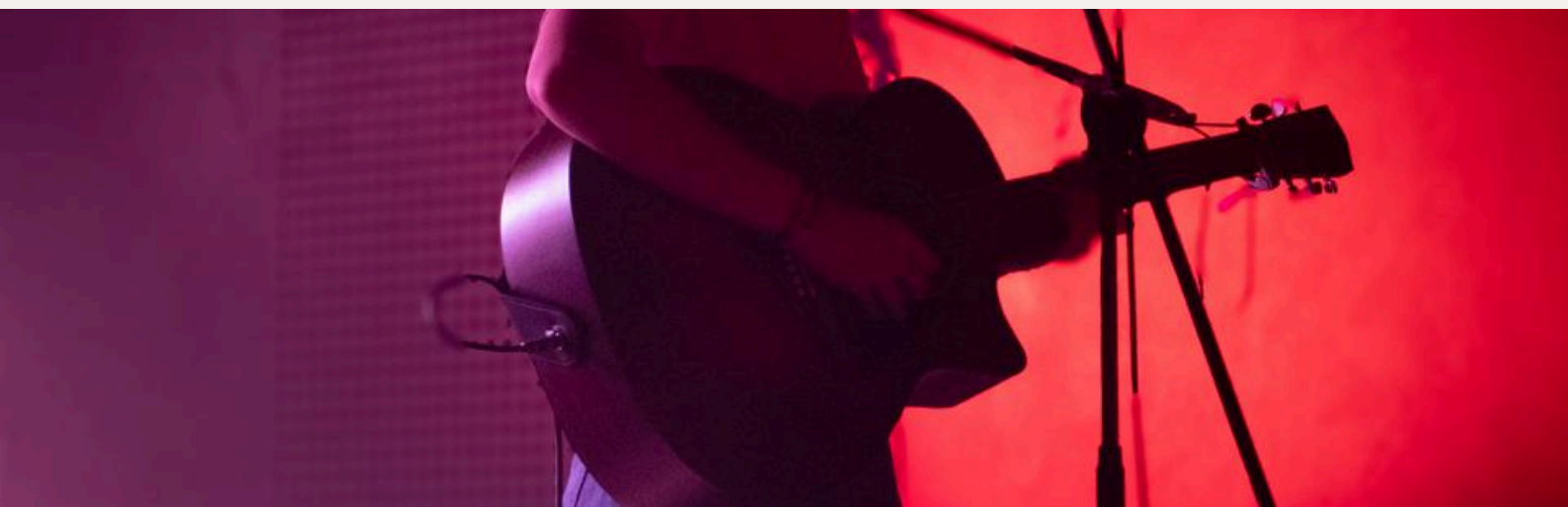
*En tant qu'homme, j'ai été éclairé sur l'importance du regard et des paroles que je porte sur les femmes. J'ai également été interpellé sur la façon dont elles peuvent se percevoir au travers de la société et de nos regards d'hommes.*

*Soirée très équilibrée entre témoignages et chants avec de bons outils et une gestuelle très parlante. 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



# CONTACT

Devis sur demande

 **07 68 08 64 42**

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

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

---