

VENT D'OUEST DISTRIBUTION  
PRESENTE

# Seule...

mais pas trop !

Un film  
d'Alexandra Robert

Musique Originale : Jean-Marc Illien. Etalonnage : Fabrice Richard. Mixage Son : Emmanuel Casals  
Image, Son, scénario : Alexandra Robert. Avec Denise Dodé, Alexandra Robert, Jean-Michel Dubourg, Nicolas Guillou, Jean-Marc Feys,  
Gisèle Kergoët, Adeline Zarudiansky, Elisabeth Gérault, Kyrill Morin, Laurent Chandemerle, Sandra Lefaut, Véronique Prigent, Gilles Leroy.  
Production & Distribution : Vent d'Ouest Distribution. Site : [www.vodistribution.fr](http://www.vodistribution.fr).

Vent d'Ouest Distribution  
présente

*Seule...*

*Mais pas trop !*

Un film d'Alexandra Robert

**SORTIE LE 22 FÉVRIER 2017**

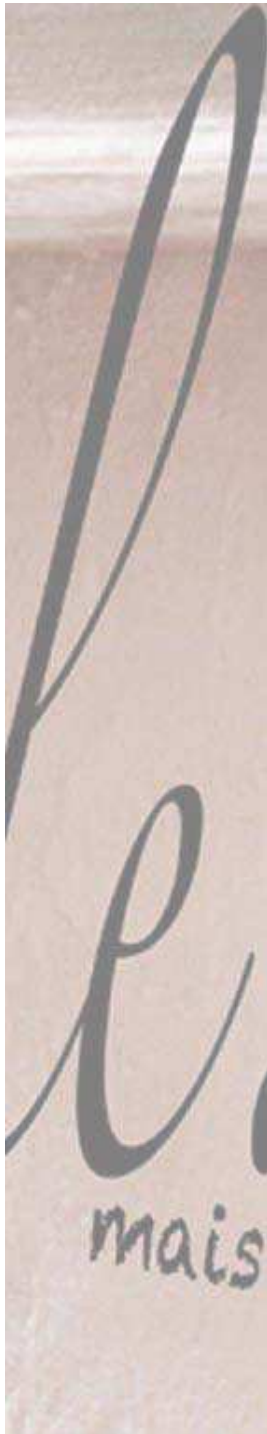
**Durée : 1h 22 – Format : 2.40 - Son stéréo - Visa n° 145 046**

**Distribution :**

Vent d'Ouest Distribution  
9 rue Fontaine Saint Guy  
22290 Gommenec'h  
alexandra.robert@vodistribution.fr  
www.vodistribution.fr

**Attachée de presse**

Alexandra Robert  
Tel : 06.59.14.66.38



## Synopsis

Suzy, trentenaire, vit seule... ou presque. Sa mère, Madeleine, qui habite juste à côté s'immisce fréquemment chez elle pour oublier son quotidien peu enthousiaste. Mais Suzy qui perd son boulot et son petit ami n'est pas dans ses meilleurs jours pour subir les va-et-vient quotidiens de sa mère. Quoi qu'il en soit, Madeleine doit vider son sac « pour le bien de Suzy » mais surtout pour se libérer elle-même. Suzy affronte chaque étape la tête haute ou presque...



## ENTRETIEN AVEC ALEXANDRA ROBERT

### **1) D'où est venue votre inspiration pour créer l'histoire de « Seule mais pas trop » ? Et comment l'avez-vous construite ?**

La première idée était de m'écrire une pièce de théâtre dans laquelle j'allais pouvoir jouer ; m'écrire un rôle sur mesure. Et j'avais envie de partager ce moment de scène avec Denise Dodé. Les contraintes étaient simples et fortes en même temps : peu de décors et pas d'autre comédien. Je suis donc partie sur la base : une mère et sa fille. Ensuite l'histoire s'est écrite toute seule si je puis dire. Une mère avec un besoin constant de venir chez sa fille et une fille à qui il arrive une suite de mésaventures.

### **2) Dans cette histoire, quelles pensées ont animé votre écriture (messages aux spectateurs) ?**

Quand je commence à écrire, je vais assez vite, les répliques s'enchaînent logiquement dialogue après dialogue. J'écris grâce à mon ressenti et mes émotions. Le message, s'il devait y en avoir qu'un, est celui de l'amour et de la compassion. Quelques soient les épreuves, il faut aller de l'avant, sans rancune et sans rancœur. Le passé est le passé, faisons du présent le jour important qui nous mènera vers un avenir serein. Faire des choix également. Les choix sont importants, Mado, la mère de Suzy a fait le choix de cacher quelques vérités à sa fille... qu'elle sera forcée de lui révéler par la suite. Ses choix ont orienté sa vie vers une autre destinée.

### **3) Il y a aussi dans le film une histoire dans l'histoire, à savoir la situation émouvante du père de l'héroïne, souffrant d'une totale paralysie. Vous avez opté de traiter avec « légèreté » un sujet grave, qui touchent de nombreuses personnes âgées. Pourquoi un tel choix de traitement ? Quels messages voulez-vous faire passer au spectateur ? (il y a l'optimisme qui se dévoile à la fin du film, tel un espoir bienvenu, si l'on est tenace, si l'on reste fidèle à ses convictions....)**

Le père a été victime d'un AVC qui lui a laissé une paralysie des membres. Seuls les yeux et les zygomatiques fonctionnent. Il n'y a pas de message à proprement parler, il y a une situation que la mère (Mado) est contrainte d'assumer. Elle aime son mari, elle est tendre avec lui, elle s'en occupe seule, elle lui parle comme s'il n'avait jamais rien eu. Suzy, elle, lui consacre moins de temps. Elle vit sa vie et vient de temps en temps se confier afin qu'ils partagent des moments ensemble. Elle aime son père, elle a toujours un geste tendre pour lui. C'est un des points communs qu'elle a avec sa mère. Autour de moi j'ai connu une personne revenue d'un AVC... j'avais été très touchée par son combat et son retour en force à la vie. Suivant le degré de l'AVC, tous ne reviennent pas indemnes. Et puis ma grand-mère paternelle a fait cinq AVC... avant de rejoindre les étoiles.

### **4) Quelles différences majeures avec la pièce avez-vous voulu signifier dans votre long métrage ?**

Dans la pièce on n'a des contraintes : un décor unique, deux personnages... Avec une caméra on peut aller plus loin... les personnages dont on entendait parler dans la pièce ont pris forme et ont donné une consistance bien plus forte au film. Finalement la thématique reste la même mais la façon dont je présente les tranches de vie sont différentes. Dernièrement un grand monsieur du cinéma qui a vu mon film lors d'une projection aux exploitants de cinéma m'a dit : « j'ai produit un film adapté d'une pièce de théâtre et on sentait la pièce ; dans votre film, je n'ai pas senti le théâtre. Bravo ! » Je ne vous cache pas que j'étais extrêmement touchée.

**5) Quels avantages et inversement, quelles difficultés avez-vous pu rencontrer lors de ce tournage en votre triple qualité de productrice/ réalisatrice/ comédienne ?**

En plus d'avoir porté ces trois casquettes, j'ai aussi mis en place mes lumières et je me suis occupée de la prise de son. Je dois avouer que malgré ces difficultés, j'ai foncé tête baissée sans voir la somme de travail que cela représentait. Aujourd'hui j'en mesure les conséquences et à l'avenir j'éviterai de m'occuper de tous ces postes. Là pour tout vous dire, je n'avais pas le choix. Prise par une contrainte de temps et d'argent, c'était comme ça ou le film n'existait pas. J'ai commencé le tournage avec un seul disque dur... mon mari venait le midi avec l'ordinateur dans la voiture pour sauvegarder les rushes afin que je puisse finir ma journée de tournage. Finalement, il en a acheté un autre ! Ça résolvait un problème. Lorsque que j'avais un problème avec la caméra (j'ai tourné avec la RED Epic) je lui téléphonais. Et il m'aidait à résoudre le problème en quelques minutes. J'ai aussi de la chance d'avoir un mari réalisateur, quand il y a un problème c'est un peu « mon service après vente »:-)

Pour faire mon cadre (que je travaillais en amont sur dessins) Denise se mettait à ma place et je faisais la mise au point. Puis je prenais sa place et je lançais la caméra sur REC (Enregistre). S'il y avait un mouvement de caméra à faire sur mon personnage, je le montrais à Denise et c'est elle qui s'y collait. Au début ça lui faisait peur... on a recommencé pas mal de fois mais au final elle s'est très bien débrouillée ! Lorsqu'il fallait déplacer la caméra de place, je prenais le pied de caméra et Denise les câbles, idem pour les lumières. On a formé une belle équipe toutes les deux. Elle n'a pas compté son temps sur ce projet. Elle était autant passionnée que moi. Et puis pour les plans plus compliqués avec Steadicam, mon mari (Nicolas Guillou) revenait me donner un coup de main. Je ne pouvais pas être au four et au moulin.

**6) Trouver les acteurs idoines pour camper vos personnages se révèle-t-il parfois compliqué ?**

Pour ce film non. Il n'y a pas tant que ça de personnages à trouver. Mon mari (Nicolas Guillou) joue mon petit ami Denis, le personnage de mon père Boris (Jean-Michel Dubourg) est interprété par le compagnon de Denise Dodé (ma mère Mado dans le film) La révélation du film c'est le vétérinaire interprété par Jean-Marc Feys (Gérald). En fait il joue son propre rôle et nous avons tourné dans son cabinet de Pommerit-le-Vicomte. Jean-Marc est très naturel et très touchant ! On dirait qu'il a fait ça toute sa vie. Et puis pour jouer sa secrétaire j'ai pris mon amie comédienne Adeline Zarudiansky. Elle a un tempérament fort et c'est ce que je voulais pour ce personnage. Elle me fait rire. Pour les autres personnages ce sont des élèves comédiens du cours de théâtre de mon mari ou des amis proches. Qu'ils participent à cette aventure était merveilleux pour moi. Et je suis contente d'avoir pu les immortaliser dans mon premier film. Je suis entourée de belles personnes, j'ai beaucoup de chance.

**7) Une des particularités du film tient au fait que vous avez ouvert le budget aux particuliers. Les internautes investisseurs deviennent ainsi co-producteurs (un site internet recevant leurs dons). Quels enseignements humains et autres tirez-vous de cette expérience ? Est-ce un choix que vous pourriez renouveler lors d'un prochain film ?**

J'ai ouvert le film à la souscription via le site Indiegogo. Mais ce sont des dons. Ils ne deviennent pas coproducteurs. Ils aident simplement un projet à se concrétiser. Sur Indiegogo, en échange de la participation financière je leur offre s'ils le souhaitent une compensation. Pour certain ce sera l'affiche du film, pour d'autre ce sera un dvd, un skype, etc... Jean-François Boyer, le producteur de la série « Un village Français » a fait un don de 1000 euros sur mon film ! Et des exploitants de salles de cinéma ont également participé via cette plate forme.

Lors d'un prochain film j'aimerais ne pas avoir à passer par là... C'est beau de voir la solidarité des gens mais à un moment donné, il faut aussi arriver à faire les choses sans avoir systématiquement recours aux amis et à la famille, car il faut bien le dire, c'est eux majoritairement qui misent !

**8) Y-a-t-il une citation, une devise qui vous caractérise ?**

« En vérité le chemin importe peu, la volonté d'arriver suffit à tout » Albert Camus

Propos recueillis par Sylvie LE MOËL

Journaliste-Ecrivain

[sylvielemoel@orange.fr](mailto:sylvielemoel@orange.fr)



## Vent d'Ouest Distribution

### Note de Production

Vent d'Ouest Distribution est équipée en termes de production avec les nouveaux outils numériques propres à la chaîne cinématographique. Cette technologie a facilité sans aucun doute le développement de notre production grâce à la souplesse qu'elle permet pour la mise en œuvre de tels projets et pour l'abaissement des coûts de production qu'elle engendre. Par le biais de ces nouveaux dispositifs de haute qualité, nous assurons la bonne réalisation des projets en Haute Définition. Nous avons choisi de tourner « **Seule... mais pas trop !** » avec une Caméra cinéma digital RED Epic 5K qui correspond à un outil technique comparable à la qualité du format S35 mm. Vent d'Ouest est aussi équipée en matériel de post-production et gère toute la chaîne jusqu'à la fabrication du DCP.

Vent d'Ouest Distribution est une SAS dirigée par Nicolas Guillou et Alexandra Robert. Ils ont créé Vent d'Ouest Distribution en 2010 dans les Côtes d'Armor à GOMMENECH.

#### Production :

« Seule... Mais pas trop! » d'Alexandra Robert  
Sortie au cinéma le 22 février 2017

#### Distribution :

« Entre Nous deux » de Nicolas Guillou  
Sortie au cinéma le 12 mai 2010

« Le réseau Shelburn » de Nicolas Guillou  
Sortie au cinéma prévue en 2018



## Le mot de la réalisatrice

« **Seule... mais pas trop !** » se passe en Bretagne dans les Côtes d'Armor. Là où je vis, là où j'écris et où je trouve mon inspiration. Ce projet j'ai eu envie qu'il prenne forme en image. Car il a commencé sur la scène, devant un public qui riait de bon cœur. Mais de deux personnages je suis passée à 13... et finalement, même si le sujet est le même ce n'est pas la même profondeur, pas le même traitement. Du théâtre où l'on force le trait, je suis passée à un travail sur les émotions. Du moins c'est là que j'ai eu envie d'aboutir.

Après avoir réalisé plusieurs courts-métrages, et également assisté Nicolas Guillou, sur la réalisation de son deuxième long-métrage « **Entre nous deux** » une comédie basée sur la difficulté d'avoir des enfants j'avais très envie de retranscrire pour le cinéma ma pièce de théâtre. Un sujet qui parle des rapports entre Mère-Fille ! Une mère étouffante qui vit à travers sa fille pour échapper à son quotidien, une fille qui aimerait vivre sa vie de femme sans que sa mère soit là au moindre problème... et pourtant, sans sa mère, Suzy est perdue. Il faut le juste milieu pour que l'équilibre s'installe et pour que chacune puisse vivre enfin sa vie.

C'est parce que ce sujet est vaste et qu'il peut être traité sous plusieurs angles qu'il est intéressant. Mais c'est ce moment de vie de cette famille (presque) simple, que j'ai voulu aborder. Montrer également les obstacles qu'elles doivent surmonter (la rupture, la maladie), ce rapport de force et d'amour qui se confrontent, et la présence de la foi qui aide à passer certaines étapes. Mais surtout l'amour à toute épreuve. Il y a des cycles que nous devons tous traverser et lorsqu'ils arrivent tous en même temps, comme c'est le cas dans « Seule... Mais pas trop ! » il faut avoir les nerfs solides !





## Fiche Artistique

Denise Dodé	Madeleine
Alexandra Robert	Suzy
Jean-Michel Dubourg	Boris
Nicolas Guillou	Denis
Jean-Marc Feys	Gérald
Adeline Zarudiansky	Adeline
Gisèle Kergoët	Mme Grimbert
Laurent Chandemerle	Guitariste
Elisabeth Gérault	Alice
Kyrill Morin	Maître Chaussard
Véronique Prigent	Gladys
Sandra Lefaut	Technicienne
Gilles Leroy	Patron du bar
Frédéric Pecqueur	Patron superette

## Fiche Technique

Réalisé par	Alexandra Robert
Scénario original	Alexandra Robert
Dialogues	Alexandra Robert
Produit par	Nicolas Guillou Alexandra Robert
Etalonnage	Fabrice Richard
Musique Originale	Jean-Marc Illien
Mixage son	Emmanuel Casals
Directeur de la photo	Alexandra Robert
Cadre :	Alexandra Robert Nicolas Guillou
Prise de son	Alexandra Robert
Production & Distribution	Vent d'Ouest Distribution
Attachée de presse	Alexandra Robert

Les photos, la bande annonce et le dossier de presse sont téléchargeables sur le site :

[www.vodistribution.fr](http://www.vodistribution.fr)  
[Facebook : Seule mais pas trop le film](#)