

DOSSIER DE PRESSE

# ET JE CHOISIS DE VIVRE

FILM DOCUMENTAIRE  
REVIVRE APRÈS AVOIR PERDU SON ENFANT,  
LE VOYAGE INITIATIQUE D'AMANDE

52 MIN - FRANCE 5 | 70 MIN - CINÉMA

UN FILM DE NANS THOMASSEY ET DAMIEN BOYER  
D'APRÈS L'HISTOIRE VRAIE D'AMANDE

AU CINÉMA LE 5 JUIN 2019

Pensez à l'environnement, n'imprimez pas ce dossier de presse

PHOTOS ET DOSSIER DE PRESSE TÉLÉCHARGEABLES SUR  
[WWW.ETJECHOISISDEVIVRE.COM](http://WWW.ETJECHOISISDEVIVRE.COM)

## LE DEUIL :

*Un sujet sociétal*

1/2

million de décès  
par an

1

décès par minute  
en France

650  
000

jeunes de moins  
de 20 ans sont  
orphelins

42%

déclarent vivre un  
deuil les 5 premières  
années

55%

vivent des périodes  
dépressives  
et de perte du goût  
de vivre

## LA SUCCESS STORY d'une production

Après l'enterrement de Gaspar, rien ne semble pouvoir empêcher Amande d'être engloutie par ce vide qui s'ouvre devant elle. Pour se libérer du désespoir qui les submerge, Amande et Guillaume, son compagnon, s'engagent **dans une marche**. Aussitôt, une **chaîne d'amitié** et de partage se forge avec ceux qui ont éprouvé la même indicible douleur.

Pour Amande, **nait alors une idée de film** qui pourrait être vu par le plus grand nombre afin **d'apporter des clés et des témoignages porteurs d'espoir**. Elle en parle à son ami d'enfance Nans Thomassey (*Nus et Culottés* - Série TV France 5) qui commence à écrire un scénario, enthousiasmé par l'idée.

Convaincu de l'importance du sujet, Nans commence à contacter différents producteurs mais se heurte très rapidement à la réticence que suscite la mort, un sujet

tabou et peu créateur d'audience dans une société qui cherche à dissimuler la faiblesse et la douleur. Nans se rapproche alors de son ami Damien Boyer, producteur, qui accepte de se lancer dans l'aventure... Le film qu'ils vont réaliser ensemble permettra au public de se mettre dans les pas d'Amande et de progresser avec elle dans la libération.

Pour récolter des fonds, l'équipe entame un **tour de France** et présente son film lors de 15 conférences « Deuil et renaissance ». L'engouement est au rendez-vous puisque près de 1 500 personnes y participent.

En parallèle, l'opération de financement participatif est **un véritable succès : elle devient la 2<sup>e</sup> plus grosse levée de fonds en ligne (plus de 2 000 donateurs) pour un film après celle du film Demain...**



**1 500 personnes**  
participent aux **15 conférences**  
**« Deuil et renaissance »**  
dans toute la France

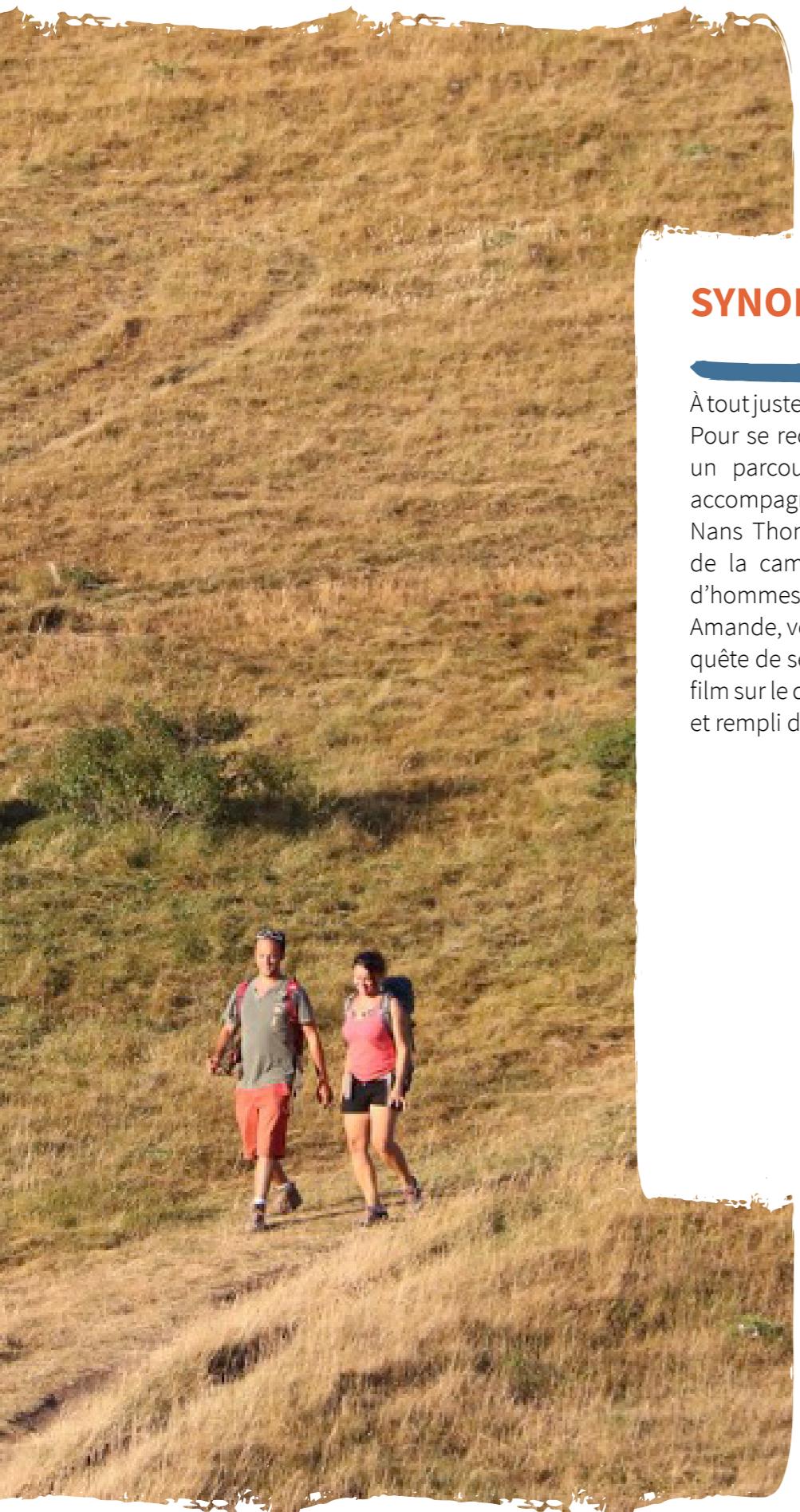


*Et Je Choisis de Vivre* est  
**la 2<sup>e</sup> plus grosse levée de fonds en ligne** pour un film  
après celle du film *Demain*



plus de **2 000 donateurs**  
ont contribué au financement participatif





## SYNOPSIS

À tout juste 30 ans, Amande perd son enfant. Pour se reconstruire, elle entreprend alors un parcours initiatique dans la Drôme, accompagnée de son ami réalisateur, Nans Thomassey. Ensemble, et sous l'œil de la caméra, ils partent à la rencontre d'hommes et de femmes qui ont, comme Amande, vécu la perte d'un enfant. De cette quête de sens naît *Et Je Choisis de Vivre*, un film sur le deuil, à la fois sensible, émouvant et rempli d'espoir.

*“La mort ferme  
les yeux des morts  
et ouvre ceux  
des survivants.”*

Gilbert Cesbron



## AMANDE ET DAMIEN : Interview croisée

Dans un entretien croisé, Amande et Damien, le co-réalisateur, partagent le cheminement qui les ont amenés à considérer la création de ce documentaire comme une évidence. Pour eux-même, mais surtout pour toutes celles et ceux qui sont concernés par le deuil.

Au cœur de son immense douleur, Amande raconte ce qui émerge en elle, ses interrogations, sa profonde détresse, ses hauts et ses bas. Et surtout son besoin de **rencontrer des personnes qui ont retrouvé le goût de vivre après avoir traversé le même deuil**. Ils se révéleront être **de vrais tuteurs de résilience**. Elle raconte comment son ami d'enfance, Nans Thomassey (co-réalisateur de la série *Nus et culottés*) a répondu avec enthousiasme à son appel de filmer ces rencontres.

Au cours de l'entretien, Damien et Amande soulèvent le véritable sujet sociétal qu'est la mort en France. **Le deuil est l'expérience de vie la plus partagée et paradoxalement la plus tabou**. Quelles réponses apporter à la perte de sens, à la disparition des rituels communs ? **Des solutions existent, il suffit juste de braquer la lumière sur elles**.

**Au fil de son parcours initiatique**, Amande trouve des clés qu'elle souhaite à son tour transmettre : **se donner le temps, être présent à soi, le non jugement, la parole, l'écriture...**

Enfin, Damien précise les solutions techniques du tournage qui ont permis de saisir **l'authenticité des rencontres**. Il raconte aussi les choix cornéliens pour sélectionner **les pépites** parmi les dizaines d'heures de rushes.

Aujourd'hui, le film *Et je choisis de vivre* est une réponse aux larmes de l'oubli et de la solitude des endeuillés. Il porte le message que **nous allons maintenant traverser nos deuils ensemble**, avec plus de douceur, et avec l'espoir de lendemains plus lumineux.

Retrouvez l'intégralité de l'entretien ici :  
[Interview Amande et Damien](#)



# PERSONNAGES

## PLUS QU'UN FILM : *La création d'un nouveau service public pour aider chacun à mieux traverser le deuil*

L'équipe de production fût tellement touchée par le sujet qu'elle **a transformé la promesse d'aider Amande, une maman qui a perdu un enfant, en celle d'aider tous les Français à mieux vivre le deuil.**

L'association « *Mieux traverser le deuil* » émerge alors avec pour objectif de développer la plate-forme de contenus [mieux-traverser-le-deuil.fr](http://mieux-traverser-le-deuil.fr)

Son but est de rassembler toutes les ressources qui puissent aider chacun à trouver du soutien, de l'aide et des idées pour vivre la mort et le deuil le mieux possible.

En partenariat avec la CAF au niveau national et la Fondation des pompes funèbres générales (PFG), c'est tout un dispositif digital qui se met en place autour de trois mots clefs « Informer, Soutenir, Accompagner » avec des contenus plurimédias spécifiques :

- Une centaine **d'articles** et des pastilles **vidéos** qui **informent et témoignent** sur le processus du deuil, offrant des conseils à tous les publics concernés (endeuillés, aidants et professionnels), avec une approche différenciée selon la personne en deuil (enfant, frères et sœurs, parent...) ;

- Un accès à l'annuaire des associations locales et nationales d'accompagnement du deuil ;
- Une bibliographie sur le sujet du deuil ;
- Un accompagnement quotidien et qualitatif sur le groupe facebook « *Mieux traverser le deuil* » ;
- Une sélection des textes les plus beaux et les plus inspirants (citations, poésie, chansons...).



**Amande :** Amande a perdu son premier petit garçon Gaspar, atteint d'une maladie inconnue, il est mort la veille de ses 1 an. Amande se sent alors complètement submergée par la tristesse et décide d'entreprendre un chemin initiatique. À tout juste 30 ans, Amande va puiser au plus profond d'elle-même les ressources pour continuer de vivre. Au travers de cette quête elle va trouver des réponses et de nombreuses clés à partager avec le plus grand nombre.



**Guillaume :** Guillaume, le compagnon d'Amande et père de Gaspar, a un métier hors du commun : il fabrique des constructions insolites. Il vit son deuil à sa manière. Pour la marche, il prévoit de déplacer tous les soirs la petite caravane qu'ils se sont aménagés avec Amande pour monter le campement. Ensemble, ils discuteront des rencontres et des découvertes d'Amande tout au long de son voyage.



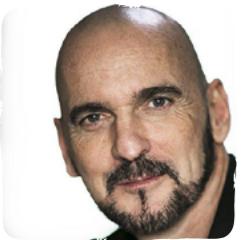
**Nans :** Nans est un ami d'enfance d'Amande. Riche de son expérience du voyage et du partage notamment au travers de son émission *Nus et Culottés*, Amande le sollicite afin qu'il organise son parcours initiatique. Nans sera le compagnon de cordée idéal pour cette aventure, de nature optimiste et enthousiaste, toujours prévenant, contribuant avec générosité à la qualité de la relation avec l'autre, il apportera une attention bienveillante permanente à Amande.



**L'âne Maô :** Pour aider Amande dans ses déplacements, un âne l'accompagne durant son voyage. Cet animal est l'allégorie du fardeau que peut représenter la perte d'un enfant. L'âne symbolise ainsi le cheminement de la douleur vers une renaissance intérieure pour Amande.

# RENCONTRES

Chaque jour Amande rencontre des personnes que lui présente son ami Nans. La diversité de ces personnalités et de leur histoire enrichiront la quête d'Amande.



**Christophe Fauré :** Christophe Fauré est psychiatre et psychothérapeute, spécialisé dans l'accompagnement des ruptures de vie : deuil, maladie grave et fin de vie, séquelles post-traumatiques, thérapie EMDR, séparation, divorce,... Qu'il s'agisse de la disparition d'un être cher ou de la perte d'une relation d'amour, il est important de connaître les clés du processus de deuil qui est à l'œuvre afin de traverser cette souffrance le mieux possible. Le cœur de son travail se fonde sur la conviction que chacun d'entre nous porte en lui des ressources insoupçonnées pour se libérer de l'étau de la peine et parvenir enfin à l'apaisement. S'appuyant sur une expérience riche en rencontres et en partages depuis plus de 20 ans, il est l'auteur de plusieurs ouvrages de référence aux éditions Albin Michel sur le deuil et la maladie grave.



**Armelle Six :** Suite au décès de son fils en avril 2001, et face à la surprise et l'intensité de l'événement et du vide rencontré, une brèche s'ouvre en elle. S'ensuit alors un grand bouleversement, une toute nouvelle direction et 15 années de profond cheminement intérieur pour reconnaître celle qu'elle est aujourd'hui, et celle qu'elle a toujours été. Elle est née comme ça, elle l'était petite fille, puis elle l'a oublié... Son fils lui a rappelé !



**Famille Clermont - Gaspard entre terre et ciel :** La famille Clermont a perdu le plus petit de la fratrie, Gaspard, atteint de la maladie neurodégénérative de Sandhoff, maladie lysosomale incurable. Ils ont dû apprendre à s'endeuiller jour après jour. Tant les parents que les enfants ont désir de témoigner et d'aider le plus grand nombre. On ne peut qu'être touché et amusé par cette jolie fratrie qui parle de la mort et de la vie.



**André Riehl :** André a 65 ans. Il vient nous partager son deuil de manière très incarnée. Il a perdu 4 enfants dont 2 fausses couches. Parcourant les routes de l'Inde à la recherche d'instructeurs traditionnels, il aura l'occasion d'étudier plusieurs aspects du yoga en profondeur, avec, chevillée en lui, la recherche intérieure qui transforme ces expériences de deuil en un authentique et puissant enseignement de vie. André va nous faire vivre un rituel bien spécifique.



À la suite à cet événement, tout s'est transformé dans sa vie et elle fit un choix : celui d'avancer et de se reconstruire pour les enfants qui lui restaient. Nadette nous raconte comment elle a réussi par la foi, l'espoir et l'amour à traverser cette épreuve, à en sortir grande. Elle a soif de transmettre.



**Meena Goll :** À l'âge de 30 ans la vie de Meena bascule suite à un drame passionnel où elle perdra ses enfants et leur père dans l'incendie de leur maison. Des années plus tard, elle partage son long parcours initiatique et développe des outils de résilience et de prise de conscience de la responsabilité de l'humanité à créer son malheur et son bonheur. Meena nous livre une grande leçon sur le pardon et la résilience.



**Laurence Dufour :** Laurence a 45 ans. Elle est trésorière de Soleil Rouge, une association de clowns à l'hôpital. Elle a perdu sa fille il y a 4 ans. Les clowns ont ensoleillé la vie de sa petite. Elle ne pouvait s'alimenter qu'en leur présence. C'est dans l'engagement auprès des clowns et du rire que Laurence trouve sa force de vivre aujourd'hui. Son coffre de voiture déborde de boîtes de nez rouges. Elle est enthousiaste et sait nous donner le virus.



**Véronique Tuaillet :** Maman de deux enfants, professeur au CNAC (Centre national des arts du cirque) puis clown, Valérie est riche d'un parcours artistique multiple. Depuis juillet 2006, elle partage également l'aventure des clowns hospitaliers au CHU de Grenoble avec l'association « Soleil Rouge, des clowns à l'hôpital ». Sa rencontre avec Amande apporte un moment de pur bonheur, de simplicité et de rires.

# ÉQUIPE DE PRODUCTION



**Nans Thomassey**  
**Réalisateur :**

L'invitation de Nans est simple : le voyage pour éveiller la confiance et la compassion en notre humanité. Depuis 2012, il a co-écrit *La Bible du Grand Voyageur* publiée chez Lonely Planet et co-réalise actuellement la série documentaire *Nus et Culottés*, diffusée en prime time chaque été sur France 5, dans laquelle il part à la rencontre du cœur des femmes et des hommes sur son chemin. La perte de sa sœur aînée lorsqu'il avait 15 ans et son amitié pour Amande lui offrent cette précieuse opportunité aujourd'hui : contribuer à transformer notre regard sur la mort pour s'éveiller pleinement à la vie.



**Damien Boyer :**  
**Producteur, Co-réalisateur :**

La passion de Damien et de son équipe est de produire des films qui contribuent à la transformation de la vie des autres. Il réalise et produit la série documentaire *Tribale Poursuite* sur les valeurs des dernières tribus (diffusion : France 0, RMC Découverte, Voyage). Dès la fondation d'Orawa Prod, cet ADN fut aussitôt marqué. Documentaire sur les faits de société, films pour les ONG... Il inscrit dans le choix des sujets sa foi et son élan pour changer le monde. La perte d'un enfant a aussi touché sa famille, ce projet de film et la quête d'Amande l'a très vite rejoint : ce film est devenu un véritable appel du cœur.

## L'ÉQUIPE DU FILM

Un film écrit et réalisé par **NANS THOMASSEY** et **DAMIEN BOYER**

Sur une idée originale d'**AMANDE MARTY**

Une coproduction **ORAWA PROD & ZEWATCHERS**

Avec la participation de **FRANCE TÉLÉVISIONS**

Et le soutien du **CNC**

Image et son **NABIL QERJIJ**

Montage **DAVID FABRE**

Musique originale composée et dirigée par **GRÉGORY TANIELIAN**

Narration **SASKIA MINCHENI**

Mixage **JEAN-PAUL PELIGRINNI**

Étalonnage **VICTOR ALLARD**

Production **FLORENCE BOYER** et **Chantal BARRI**

Et le financement participatif : 2 296 donateurs

Prolongez l'expérience : [www.etjechoisisdevivre.com](http://www.etjechoisisdevivre.com)

 **Et Je Choisis De Vivre**

## CONTACT PRESSE :

Eulalie Marty  
[com@mieux-traverser-le-deuil.fr](mailto:com@mieux-traverser-le-deuil.fr)  
06 60 28 41 59

ET JE  
**CHOISIS**  
DE VIVRE