Résilience & Vous !
Conférences, Ateliers et Spectacle

Caroline LE FLOUR

- Auteure - Interprète - Conférencière - Thérapeute -

Mail : carolineleflour@yahoo.fr
Mobile : 06.83.89.66.20
Site : carolineleflour.com
One Woman Show : lachauvesourit.com

Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

CAROLINE LE FLOUR

J'ai été Engagée dans l'armée à 19 ans, Chef de projet marketing à 27 ans puis burnoutée j'ai eu un cancer à 32 ans, ai suivi des traitements FIV à 35 pour être finalement déclarée infertile à 36. Je décide alors de revenir à ma première passion, l'écriture.

Interpellée par la richesse des situations et des ressentis provoqués par la maladie et forte de cette expérience j'écris à 37 ans « la Chauve SouriT », un one woman show décapant que j'interprète dans toute la France et dans lequel je raconte avec humour et authenticité mon combat contre la maladie.

Toutes ses expériences de vie représentant la richesse de mon histoire et la singularité de mes écrits, je suis, aujourd'hui, à 39 ans, auteure de « LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE » dans lequel j'explique comment j'ai réussi à toujours rebondir face aux galères de ma vie, un développement existentiel humoristique et thérapeutique dans lequel j'explore l'ensemble de ma vie. J'y partage mes expériences, mes questionnements, mes principales leçons de vie. Donnant à mes aventures personnelles un caractère universel, j'invite le lecteur à travers mon récit à faire le point, s'il le souhaite, sur sa propre vie.

Après une carrière de plus de 10 ans dans la communication, je suis également revenue à l'une de mes passions, la nature humaine. Aujourd'hui, je suis Psycho-Somatothérapeute, diplômée de l'EEPSA (Ecole Européenne de Psychothérapie Socio Somato Analytique) et partage ma vie entre Paris et la Bretagne.

Je suis enfin Fondatrice et animatrice du projet RESILIENCE & VOUS au travers duquel je propose le one woman show pour sensibiliser, des conférences pour échanger, informer (sur la résilience et bien d'autres sujets présents dans mes écrits) mais aussi l'ATELIER TRAMPOLINE, d'accompagnement à la résilience.

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

LIVRE – LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

Ou comment j'ai réussi à rebondir face aux galères de ma vie !

Editions FLAMMARION

Présentation **P4**

Avis **P6**

ONE WOMAN SHOW - LA CHAUVE SOURIT

Mon cancer va vous faire mourir… de rire !

Présentation **P11**

Avis **P13**

REVUE DE PRESSE **P18**

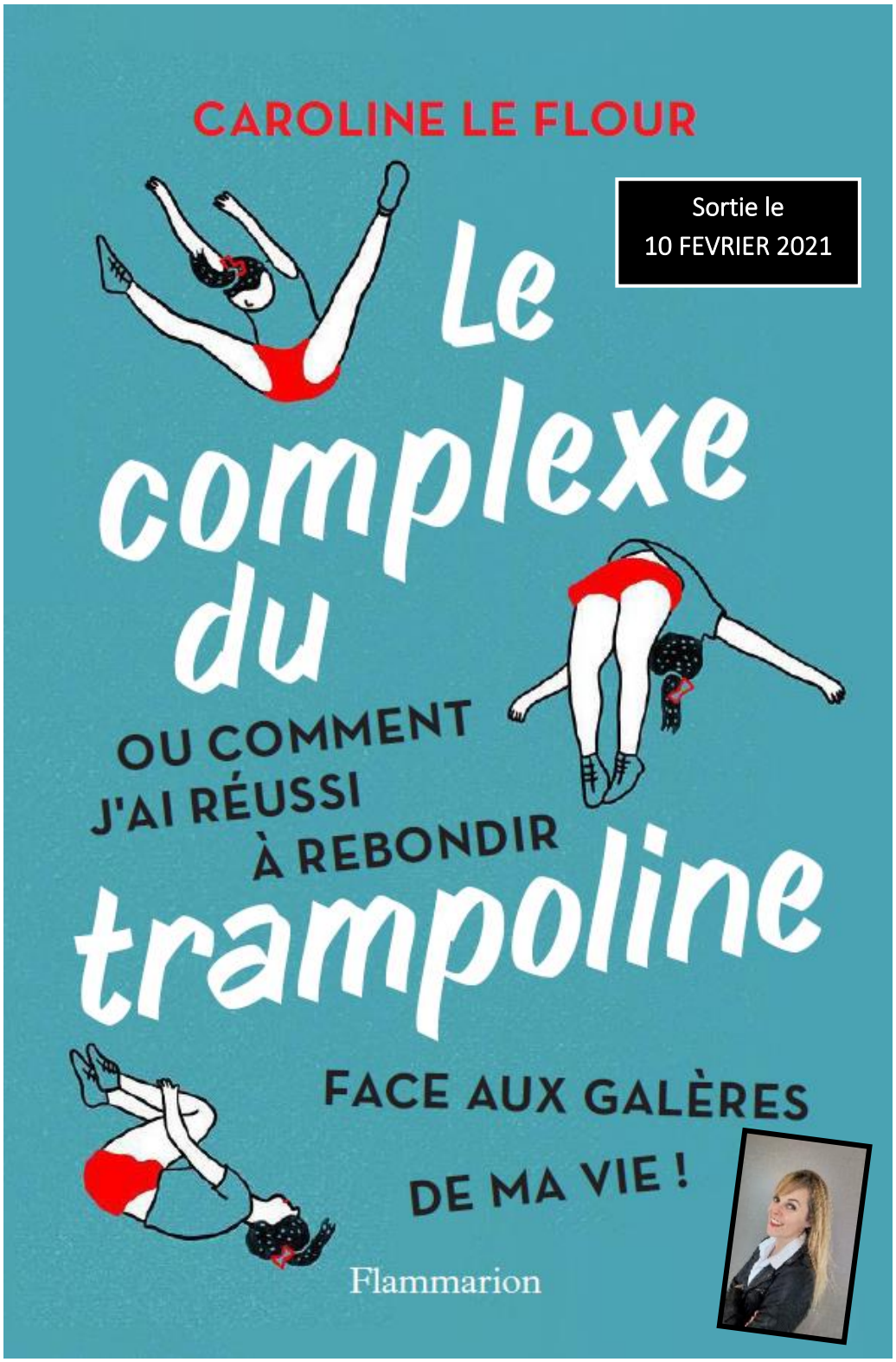
LES CONFERENCES **P68**

LES ATELIERS **P69**

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Présentation Livre -

LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE



Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

Le complexe du trampoline

Ou Comment j'ai réussi à rebondir face aux galères de Ma vie !

- Caroline Le Flour -

Flammarion

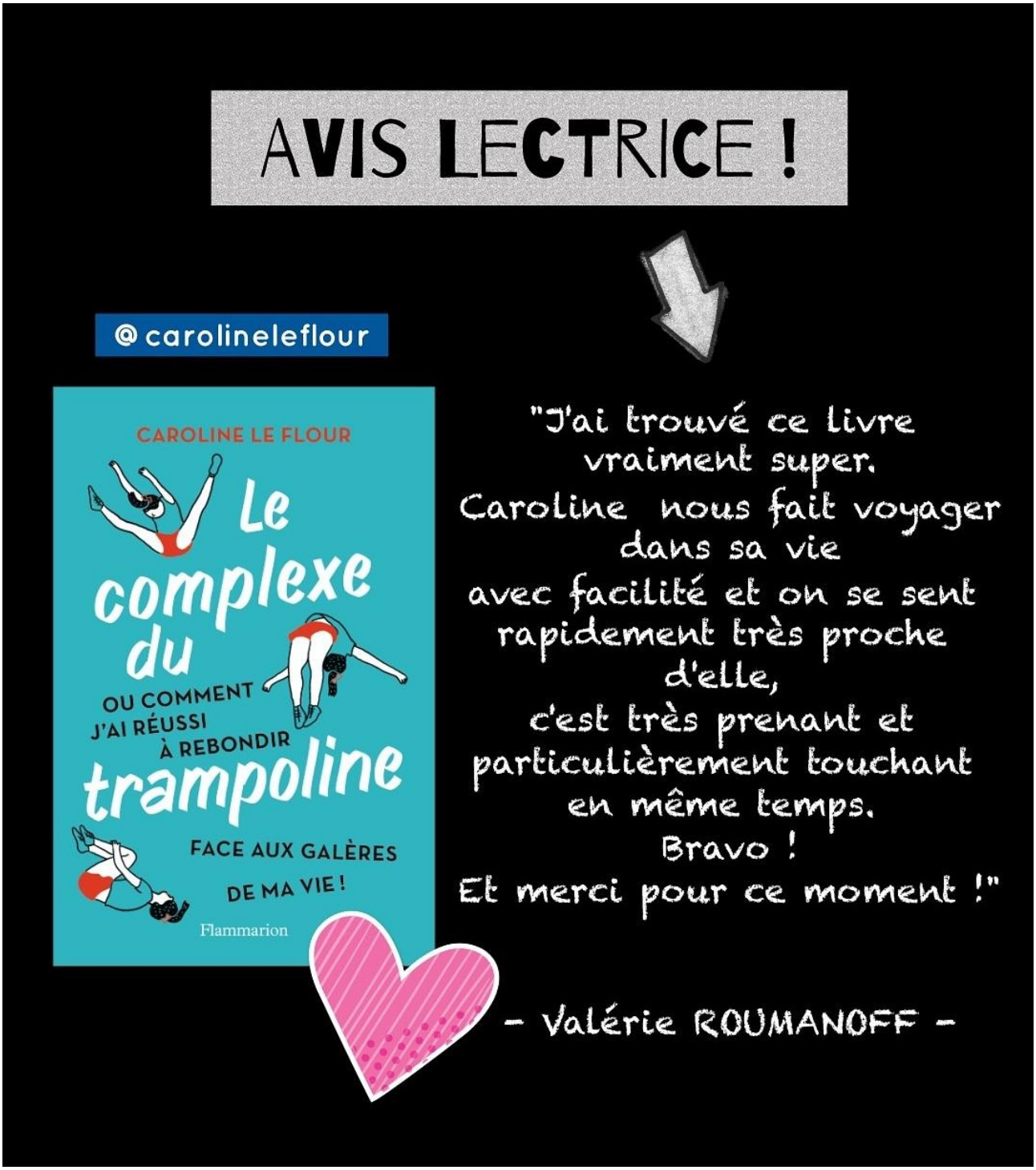
« Moi Caroline, 39 ans, résiliente multirécidiviste : burn out à 28 ans, cancer à 32, FIV à 35, infertilité déclarée à 36… Une belle vie de merde ! Mais j'ai décidé d'en tirer des leçons positives et de donner un sens à ma vie. »

Dans ce **développement existentiel humoristique et thérapeutique, sous forme de petit guide pratique**, je vous livre avec **authenticité** et **désinvolture** mon expérience, mes principales **leçons de vie**. Je vous invite **à vous questionner pas à pas sur votre histoire** et **sur le sens que vous souhaitez donner à votre vie**. Je **vous offre aussi, mes « trucs et astuces au cas où ! »** accompagnés de mots d'experts psychologues.

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

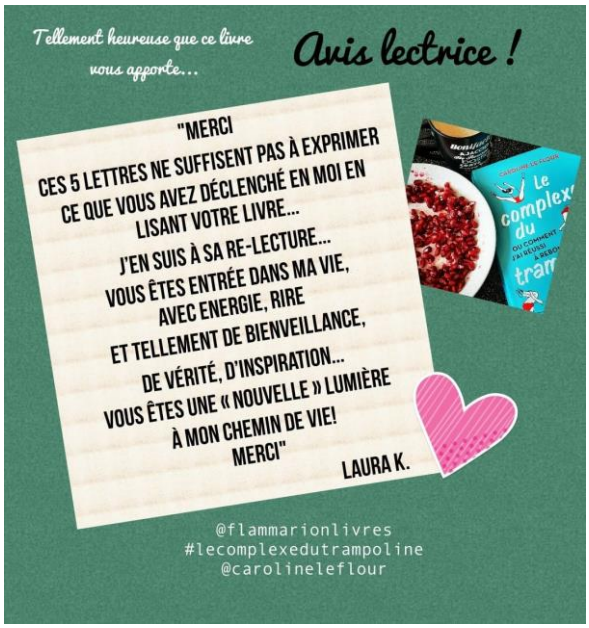
- Avis Lecteurs/Echantillon -

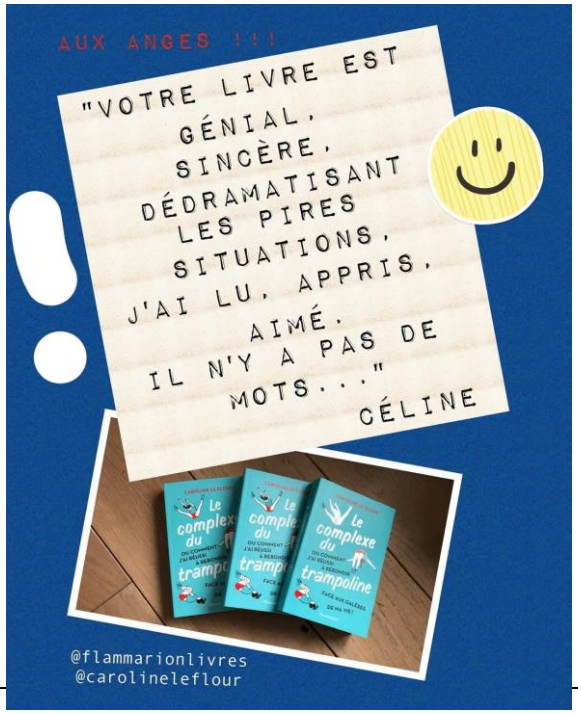
LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE



Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Avis Lecteurs/Echantillon -
LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

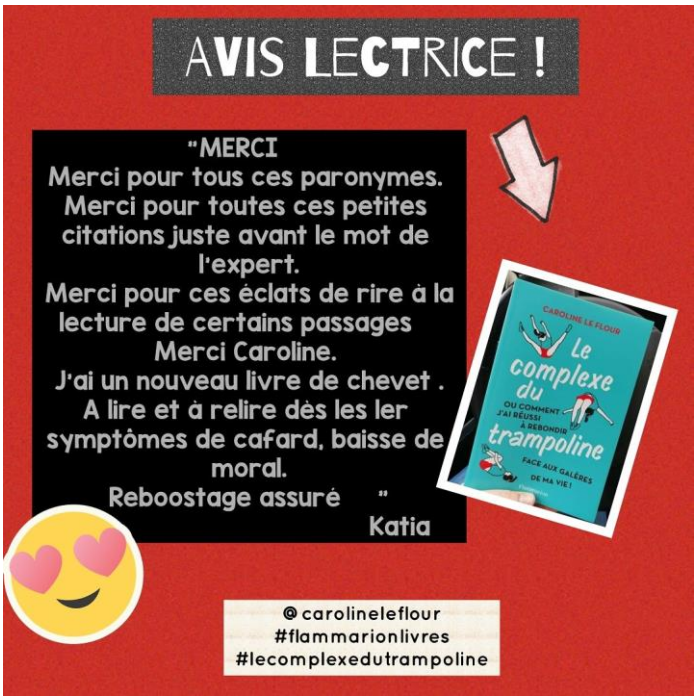




Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Avis Lecteurs/Echantillon -

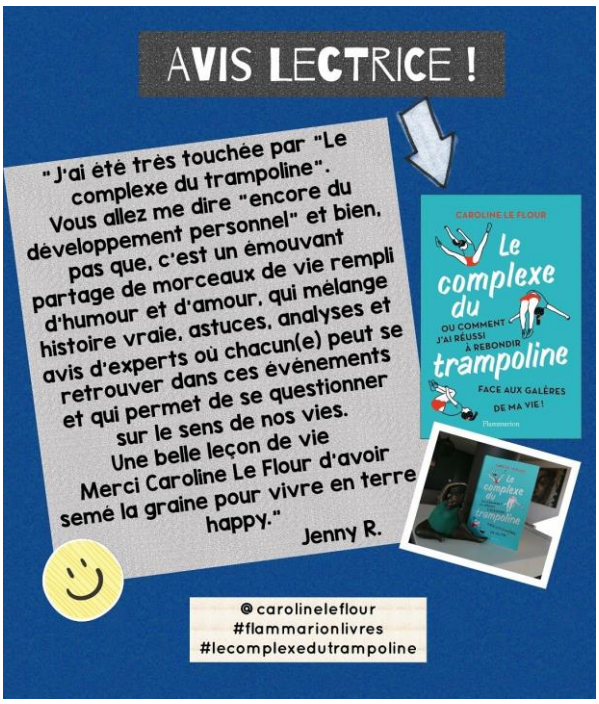
LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

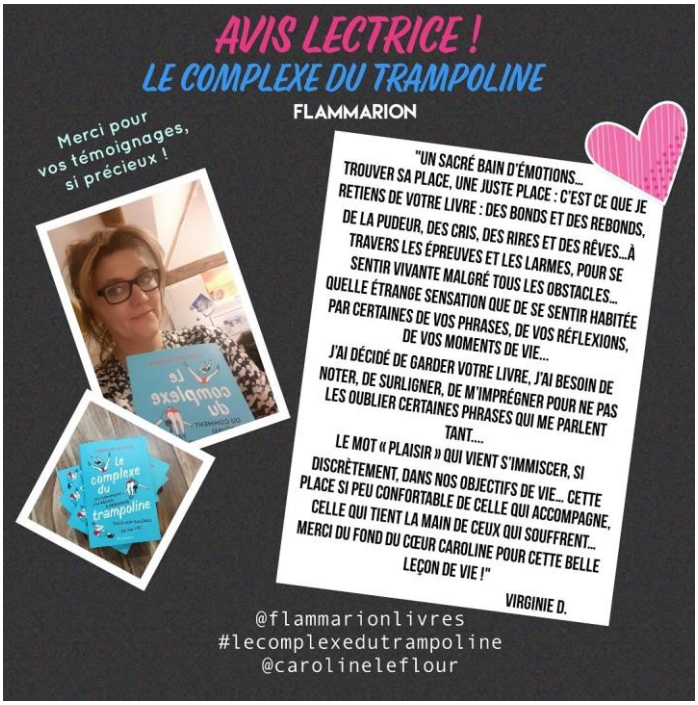


Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Avis Lecteurs/Echantillon -

LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

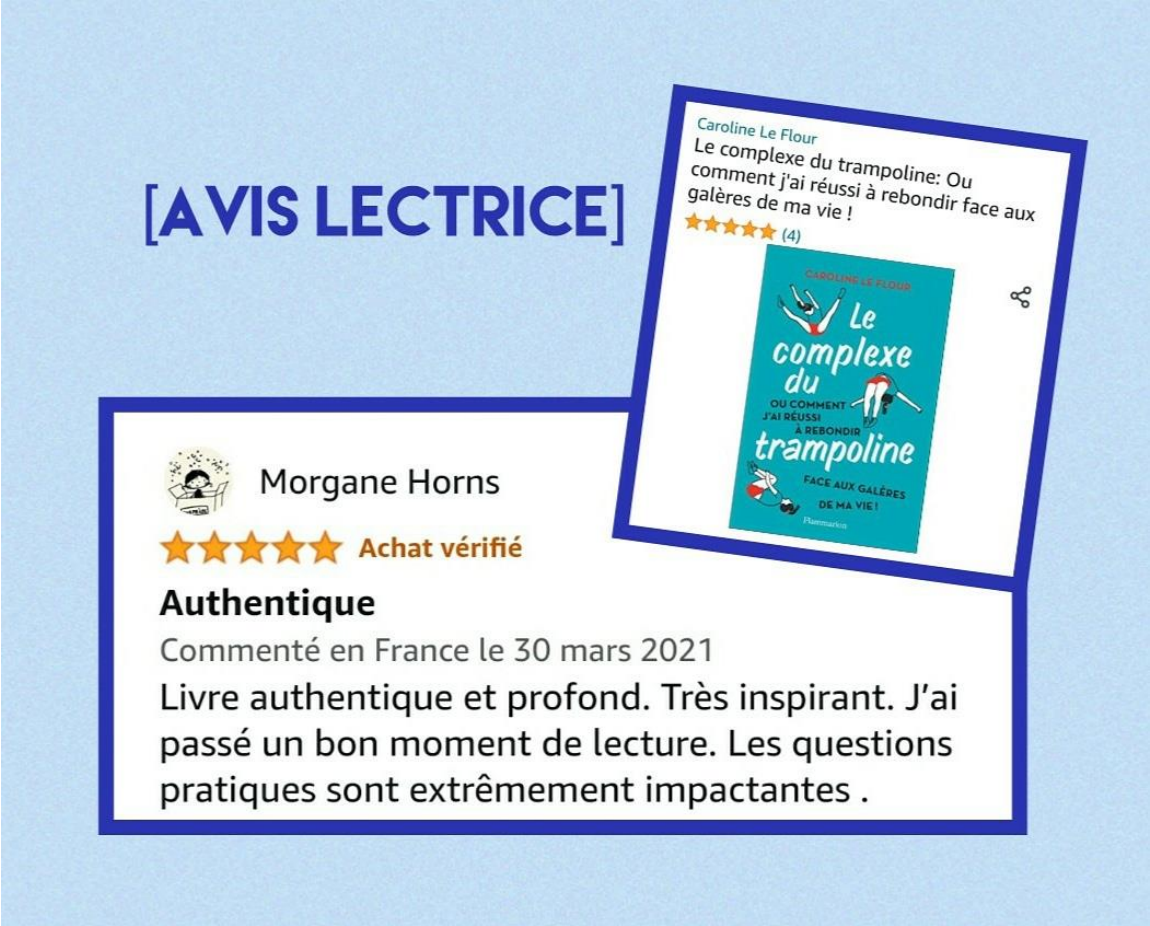




Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Avis Lecteurs/Echantillon -

LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE



Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Présentation -

ONE WOMAN SHOW : LA CHAUVE SOURIT

Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- La Bande Annonce –

LA CHAUVE SOURIT

Bande annonce disponible sur la **chaîne Youtube lachauvesourit**
Ou en cliquant sur l'image
Ou en tapant :
https://www.youtube.com/watch?v=JQPRCJ1lxX0

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Le Public en Parle -
LA CHAUVE SOURIT

« Rien de tel que les retours du Public à Chaud !

C'était à la Manufacture des Abbesses à Paris les 7 et 14 juin 2018 ! »

Avis Public à la Manufacture des Abbesses Juin 2018

Lien vers la vidéo des témoignages du public à chaud !

Vous voulez plus d'avis ?
Rendez-vous sur la page Facebook pour découvrir les nombreux avis laissés par le public

Lien vers les avis sur la page Facebook

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Le Public en Parle -

LA CHAUVE SOURIT

*"Un excellent moment, nous sommes **sortis de votre spectacle enrichis par ce que vous nous avez offert, du rire bien sûr et une belle preuve de résilience,** bravo **! "** Sarah*

*"**Génial** ! C'est **culotté, drôle, émouvant et franc !** À la fin de ton spectacle on te connaît et c'est limite si on a **l'impression que t'es notre pote !** Je le conseille sans hésitation !" Thomas W.R.*

*"Excellent ! **Une Chauve-souriT poilante** qui arrive à nous faire rire d'un sujet nettement moins drôle. **Un grand moment de bonheur mais aussi beaucoup d'émotions. On espèrerait presque une rechute pour un second spectacle... Presque !***

Monique Q.

*"Le spectacle se termine... Que dire .... **Fantastique, merveilleux, émouvant, rassenerant...** Je suis **admirative. J'aimerais voir plus souvent des spectacles de cet qualité ! "***

Amandine S.

*"**Super spectacle !** Bravo Caroline **pour votre interprétation et vos qualités d'impro. Faire rire une salle entière du début à la fin** d'un spectacle **sur un sujet qui la fait habituellement pleurer,** il faut être sacrément talentueuse et vous l'êtes 😉 " Lydie B.*

*"**Excellente prestation ! Beaucoup d'humour, de tendresse pudique, de réalité déguisée de moqueries des autres et de soi, des frissons assurés** ! **Un spectacle à voir absolument ! "***

Cyril M.

*"**Pièce formidable... On sort** de ce spectacle **avec la pêche...** Un grand bravo et surtout continuez..."*

Evelyne D.

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Le Public en Parle -

LA CHAUVE SOURIT

*"Caroline arrive à nous **faire vivre plein d'émotions en un spectacle, entre rires et larmes**." Myrtille C.*

"Très drôle et très émouvant, parfois sarcastique (rhoooo !! Elle a osé !). Un sens du rythme parfait. On imagine déjà un numéro 2 sur le burn out, un numéro 3 sur les chasseurs alpins… Etc…"

Claire P.

" Beaucoup de sincérité, on aime le côté cinglant de certaines scènes."

Ali N.

*"Allez la voir, elle est tout bonnement **pétillante et elle est extraordinaire !** Merci Caroline **… Du rire, des larmes et beaucoup D'émotions.** Tout simplement merci." Lanois C.*

**Source : avis Facebook : https://www.facebook.com/lachauvesourit/*

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

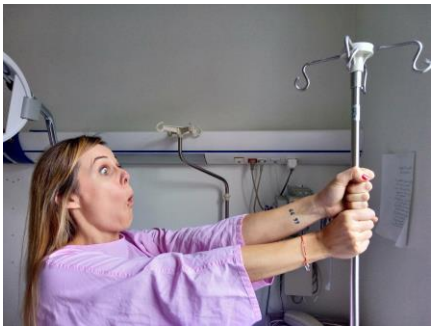
LA CHAUVE SOURIT

« Mon cancer va vous faire mourir… de rire ! »

De CAROLINE LE FLOUR et MATHIEU VERVISCH

PITCH :

La Chauve SouriT alias Caroline raconte avec humour, authenticité et désinvolture son combat contre le cancer. La force de ce récit est d'être aussi drôle que poignant, donnant avec légèreté à cette aventure personnelle une dimension universelle.



RESUME :

« Vous voulez rire de la maladie ? Ressentir à quel point il y a de la vie ? C'est par ici… »

Caroline 37 ans a été militaire puis marketeuse « burnoutée ». Pour lui rappeler qu'il y avait pire dans la vie un cancer lui est tombé dessus. Ça pourrait plomber l'ambiance ? Bien au contraire ! Elle a décidé d'en rire et d'en profiter pour donner un sens à sa vie.

Surtout qu'elle sait nous rappeler que potentiellement tout le monde est concerné. Du coup vous repartirez avec des trucs et astuces au cas où.

De l'annonce à la famille *« pourquoi tu me fais ça ? »,* aux amis *« oh non pas toi t'étais trop sympa »*, du speed dating sans cheveu, aux pénibles colocataires d'hôpitaux dépressives… Tout le monde y passe.

Heureusement il y aussi des avantages : organiser son enterrement ou être VIP aux urgences : *« Tu es ce fameux cas plus urgent que les autres… »* et peut-être s'en sortir.

Lorsque Caroline a appris la terrible nouvelle de son cancer elle a repensé au sketch de Jean-Marie Bigard. C'est l'histoire d'une chauve-souris qui se déguise et arrive à se faire passer pour un pote à lui. Tout au long de ce sketch, on se dit « admettons, admettons qu'elle y arrive… » Caroline s'est toujours dit cela pour les autres alors pourquoi pas pour elle ?

Elle nous raconte son combat avec l'authenticité et la désinvolture qui la caractérise Cette « femme chauve qui sourit » de sa maladie, c'est bien elle et toute ressemblance avec des personnages existants ou ayant existés n'est pas forcément fortuite.

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Note d'intention de l'auteur -
LA CHAUVE SOURIT

Pourquoi Caroline a écrit ce texte ?

Parce que c'était moins une et que caroline souhaitait laisser une trace. D'abord l'intention était de laisser une trace à sa famille, à ses amis, à ses proches. Au cas où elle ne passe pas le cap. Leur expliquer que cela n'avait pas été si grave. Leur expliquer qu'elle avait bien ri et surtout les faire rire.

Parce qu'elle a puisé sa force dans le rire. Ces écrits étant aussi thérapeutiques pour elle que pour sa famille. Un de ses maîtres mots pendant la maladie étant rire de tout. Rire jusqu'au bout. Puis elle a souhaité partager son expérience avec ceux qui seraient ou auraient à passer par là.

Parce qu'elle s'est demandée pourquoi ? Est-ce qu'elle avait fait quelque chose pour ça ? L'Armée ? La Burn-outée ?

Parce qu'elle s'est demandée pourquoi elle ? Tout est-il écrit ? Tout est-il programmé ? Est-ce le jeu de la vie ?

Parce que c'est elle qui a dû l'annoncer, qu'elle a halluciné des réactions et beaucoup rigolé !

Parce qu'elle a dû affronter, qu'elle a puisé sa force auprès de ses invités et qu'elle en a chié.

Parce qu'elle s'est dit et après ? Y-a-t-il un accès illimité à la sérénité ?

Et parce qu'elle a écrit son premier texte à 8 ans : *« Les abeilles butinent sur le blé doré, sur les pétales des muguets, au soleil couchant de l'été. Les paquerettes ont vêtu leur jupette pour ce jour de fête. Et moi je suis attristée de savoir que bientôt des gens vont se hâter de venir les couper. »*

Parce que l'écriture l'a toujours sauvé.

Pourquoi avoir fait de ce texte une pièce de théâtre ?

A l'origine ce texte était à mi-chemin entre un témoignage littéraire et une pièce de théâtre comique. Mathieu Vervisch en le découvrant a conforté Caroline dans l'idée d'en faire un spectacle vivant. Ils se sont alors mis au travail pendant plus d'un an pour lui donner sa forme actuelle.

Propos recueillis par Youenn L.

Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -

LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

DIMANCHE 27 JUIN

10h30	MARTINE LAROCHE-JOUBERT ET LAETITIA KRUPA : *« L'info en bandoulière »*
11h05	SÉBASTIEN DESTREMAU : *Lecture publique du skipper*
11h25	ANNE FULDA, GAËL TCHAKALOFF ET JOSEPH MACÉ-SCARON : *« Des journalistes et des livres »*
12h05	CAROLINE LE FLOUR : *One-woman-show*
12h25	PHILIPPE CAROIT, ANNE PARILLAUD ET BERNARD MINIER : *« Des êtres et des vies »*
13h25	LINDA HARDY ET FABIENNE CARAT : *« S'accepter tel que l'on est »*
13h55	AKLI TADJER ET PHILIPPE GRIMBERT : *« Retour aux sources »*
14h45	ANNE ROUMANOFF : *One-woman-show*
15h30	YANN MOIX : *« Reims »*
16h15	MICHEL DRUCKER : *Carte blanche*
17h00	DAN FRANCK ET JEAN-CHRISTOPHE RUFIN : *« Balades imaginaires »*
17h45	CAROLINE BONGRAND : *« Les secrets de la Tour Eiffel »*
18h15	DIDIER VAN CAUWELAERT : *« Le grand mystère de la nature »*
18h40	NICOLETTA ET JEAN-PIERRE DANEL : *« Quelques notes de musique »*
19h00	PASCAL ET JEAN-PIERRE DANEL : *« Medley père et fils »*

FESTIVAL DES LIVRES ET DES STARS

Paris 7ème

26 & 27/06/2021

https://www.facebook.com/deslivresdesstars/
https://www.instagram.com/deslivresdesstars/

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

ENVIE2RÉSILIENCE

LAUREATE au

PRIX DE LA RESILIENCE PROFESSIONNELLE

Catégorie CULTURE

CNAM Paris - Association Envie2Résileince

17/06/2021

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

France Bleu Vaucluse

France Bleu Vaucluse est l'antenne locale de *France Bleu* pour le département du Vaucluse.

La radio a commencé à émettre dans les années 1980 sous le nom de *Radio France Vaucluse* .

Suivre sur : Twitter Facebook

05min

Caroline Le Flour auteur de 'Le complexe du Trampoline" est notre invité. Elle nous explique la résilience et comment agir pour rebondir d'une galère de la vie.

10 juin 2021

L'INSTANT COACHNING
France BLEU VAUCLUSE
10/06/2021

https://www.francebleu.fr/archives/emissions/page-sante-psycho-de-fbv/vaucluse

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -

LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

France BLEU BELFORT MONTBELIARD
08/06/2021

https://www.francebleu.fr/.../grille.../belfort-montbeliard

Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -

LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

WEAREPATIENTS

WE ARE PATIENTS WAP
08/06/2021

https://www.instagram.com/wearepatients/?hl=fr

Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -

LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

ARTICLE OPEN MIND MAGAZINE

Avril - Mai 2021

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -

LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

ARTICLE MEDITATION MAGAZINE

Avril - Mai 2021

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -

LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

ITW VIVRE FM RADIO

20/05/2021

https://www.vivrefm.com/posts/2021/05/caroline-le-flour-auteure-psycho-somatotherapeute-grace-au-rire-j-ai-pu-dedramatiser-exorciser-et-me-relever?fbclid=IwAR0HHDvnACRIxGe0125vFLUEbN5Br7CIvETV83oTdgC-7GE9FFLEXtQm27Y

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/lefloucaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -

LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

"Burn-out, cancer, infertilité: mes épreuves m'ont permis d'aider les autres"

Dans *Le Complexe du trampoline* (éd. Flammarion), un livre-boîte à outils où se mêlent leçons universelles et "trucs et astuces perso", Caroline Le Flour délivre les leçons tirées de son burn-out, de son cancer et de ses problèmes d'infertilité!

PAR AGATHE WARD

Caroline donne rapidement le ton: « Dans la famille, on adore rire ! » Et c'est ce qui transparaît tout au long de son ouvrage, dans lequel elle livre son témoignage, donne des conseils de développement personnel et de lecture, le tout saupoudré d'un petit côté ludique. Très jeune, Caroline Le Flour faisait déjà le clown dans sa bande, composée de ses quatre frères et sœurs. Puis, elle a continué en chimiothérapie sur

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

Par solidarité, son frère Sébastien s'était lui aussi rasé le crâne.

Aujourd'hui, la jeune femme est mariée à un Breton et est devenue psycho-somatothérapeute.

A 38 ans, elle veut transmettre sa positive attitude.

son lit d'hôpital, à 32 ans, ce qui est plus rare! C'est pendant cette période qu'elle prend des notes sur un petit carnet pour « être actrice de la maladie, partenaire des médecins et pas victime, comme pour transmettre en testament ce que j'avais appris de la vie, au cas où... », explique-t-elle. Six ans plus tard, elle en tirera, son one-woman-show*, *La chauve souriT*, où l'on découvre que même la chute de cheveux liée aux traitements peut être l'occasion d'un pied de nez au destin. D'ailleurs, son frère Sébastien avait organisé une « rasage party » durant laquelle il s'est rasé le crâne en signe de solidarité!

APRÈS AVOIR QUITTÉ L'ARMÉE, ELLE SE LANCE DANS LE MARKETING

Dingo, Caroline? Pas du tout! Plutôt résolument décidée à faire face. « J'avais appris, petite, à être un bon petit soldat. C'est d'ailleurs comme ça qu'à 18 ans, je me suis retrouvée dans l'armée de terre, catégorie chasseurs alpins! » Debout dans la neige à 4 heures du matin, sac de pierres sur le dos, Caroline part creuser des trous pour les reboucher. « J'ai fait *Koh-Lanta* avant l'heure et, un jour, je me suis demandé ce que je fichais là! », se souvient-elle. Sa vraie passion, depuis toujours, c'est la psychologie qui lui fait dévorer des kilos de livres. Après avoir quitté l'armée, elle se lance dans le marketing en se concentrant sur l'aspect psy, l'art de se mettre « au plus près du profil du client ». « C'était compter sans ma cheffe dont la personnalité se situait entre Hitler et Hannibal Lecter, résume Caroline toute en nuances. J'aurais dû partir, mais on n'apprend pas forcément à dire non. Il faut pourtant le faire quand on risque d'y laisser sa peau! » A 28 ans, courtes nuits et stress intense l'entraînent au burn-out sévère et, quatre ans plus tard, elle est atteinte d'un cancer du sang, qui traduit physiologiquement l'enfer enduré. Elle s'applique alors à rire d'elle-même, se comparant à une sucette Chupa, corps efflanqué et tête boursouflée par la cortisone au plus fort de la maladie. Caroline est une battante et se décide à « travailler » sa personnalité, quitte à faire de l'autosuggestion. « Par exemple, raconte-t-elle, je me disais: "Non, je n'aurai pas la nausée", parce que je déteste vomir, et je n'ai pas eu la nausée! » Elle teste sans a priori toutes les méthodes pour bien mourir ou bien vivre, ce qui lui permet de nous présenter aujourd'hui un véritable catalogue dans lequel chacun peut puiser des pépites: le rebirth (revisiter sa naissance), toutes sortes de thérapies, les ateliers de parole... Elle s'inspire de toutes ses réflexions pour mettre au point sa propre méthode, qui reste en permanente évolution. La rémission est au bout du chemin. Les obstacles semblent derrière elle. Mais la vie lui réserve d'autres surprises.

"ON NE PEUT PAS TRAITER LE PSYCHIQUE SANS L'ÉMOTIONNEL ET LE CORPOREL"

A 38 ans, alors qu'elle a traversé le cancer en couple et compte passer à plus gai, elle découvre son infertilité! Une autre se serait laissé abattre, mais Caroline a appris à s'interroger: son corps ne serait-il pas en train de lui souffler un message? « Les épreuves et le travail sur moi m'avaient enseigné à bouger. Alors j'ai tourné toutes les pages d'un coup, celles des galères qui me soudaient à mon compagnon depuis des années. Je suis tombée amoureuse d'un Breton, direction Vannes, et on s'est mariés. Ensuite, je me suis reconvertie en psycho-somatothérapeute. On ne peut pas traiter le psychique sans l'émotionnel et le corporel. Il faut vivre aligné, c'est ce que je souhaite transmettre! » A 40 ans, Caroline est alignée, elle a « payé » pour en arriver là. Elle voudrait que les autres le soient à moindres frais... en apprenant à bouger les lignes! ●

courrier@closermag.fr

* Retrouvez les dates de sa tournée sur carolineleflour.com ou sur lachauvesouriT.com

© ASTRID DI CROLLALANZA - FLAMMARION - DR

CLOSER MAGAZINE

AVRIL 2021

Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -

LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

SIMONE MEDIA

23 AVRIL 2021

https://www.facebook.com/watch/?v=210687067156349
https://www.instagram.com/simonemediafr/

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -

LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

RADIO HELENE FM

12 FEVRIER 2021

https://youtu.be/VpBpk_91ciU

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

RADIO LYON 1ère

11 FEVRIER 2021

https://www.lyonpremiere.fr/mes-infos/developpement-personnel-une-belle-vie-de-merde/

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -

LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

Mercredi 3 février 2021 à 16:50 - Mis à jour le mercredi 3 février 2021 à 17:10

Les coups durs ne sont jamais évidents à encaisser mais ils peuvent aussi permettre de réajuster ses projets et de rebondir. Alors, comment faire des galères de la vie un tremplin ? Comment retrouver confiance en soi et motivation ?

RADIO France BLEU

03 FEVRIER 2021

https://www.francebleu.fr/emissions/l-invite-du-16h50/rcfm/l-invite-de-16h50-10

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT & LE COMPLEXE DU TRAMPOLINE

PODCAST PATIENTS ENSEMBLE

03 FEVRIER 2021

https://podcast.ausha.co/patients-ensemble/podcast-50-caroline-le-flour-et-son-one-woman-show-la-chauve-sourit

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/lefloucaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

Chroniqueuse anonyme
dans l'émission TPMP Ouvert à Tous sur C8
pour présenter le one woman show La Chauve SouriT

Lien vers Replay émission du 30/10/2020

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

Interview au JT 12h45 M6 - Octobre Rose

Lien vers Interview le 15/10/2020

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/lefloucaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

J'ai fait un one woman show de ma maladie.

CAROLINE, 40 ANS

Caroline a 32 ans lorsqu'elle apprend qu'elle est atteinte d'un cancer agressif du médiastin, cette région de la cage thoracique située entre les deux poumons. Très optimiste de nature, elle décide de noter tout ce qui la fait rire pendant ses traitements. Elle ne pensait pas qu'elle irait jusqu'à jouer son histoire devant un public.

PROPOS RECUEILLIS PAR CHLOÉ DUSSÈRE – PHOTOS JEAN-LUC CHICOT

J'ai commencé par avoir des douleurs au niveau des vertèbres cervicales. Les médecins pensaient que c'était psychosomatique. Mais un jour, j'ai commencé à avoir des symptômes plus inquiétants : sueurs nocturnes, palpitations, essoufflement, perte de poids fulgurante (moins 10 kilos en un mois !). Ma psychiatre, qui me connaît bien, me trouvait fantomatique. Elle m'a conseillé de réclamer un bilan sanguin à mon médecin traitant. Les résultats ne se sont pas fait attendre.

Admise aux urgences, je passe d'abord un scanner thoracique. Une tumeur est visible entre mon cœur et mes poumons ! Je pense tout de suite à un cancer. Une biopsie confirme mes craintes : l'hématologue m'annonce que j'ai un lymphome B à grandes cellules primitif du médiastin, un cancer très agressif. Je suis soulagée de trouver la cause de tous mes maux, mais, en même temps, je prends conscience que mon pronostic vital est engagé.

Ma tumeur étant inopérable, on me propose très vite une corticothérapie par intraveineuse, pour réduire sa taille au maximum. Puis on me prescrit des cures de chimiothérapie pendant neuf mois pour la détruire. Comme ce traitement peut me rendre stérile, et que j'espère un jour avoir un enfant, j'accepte le prélèvement de mes ovocytes en amont. À ce moment-là, je ne mesure pas encore la portée de ce geste médical. Je suis bien trop concentrée sur ma survie.

Au bout de deux ans, on m'annonce que je suis en rémission. Mon désir d'enfant resurgit. J'attends l'aval de mon oncologue pour me lancer dans une fécondation *in vitro*. J'en ai fait sept en deux ans ! Une épreuve. On a puisé dans ma réserve d'ovocytes. Malheureusement, chaque fois que je suis tombée enceinte, j'ai fait une fausse couche. Plus tard, j'ai pu bénéficier d'un don d'ovocytes, mais là non plus, ça n'a pas fonctionné. J'ai alors décidé de mettre le projet maternité de côté.

Aujourd'hui, je compense ce manque en me concentrant sur mes projets personnels. Lorsque j'étais à l'hôpital, j'écrivais dans un carnet tous les moments les plus drôles. C'était une manière, pour moi, de garder le moral et de remonter celui de mes proches. Mais au moment de la rémission, j'ai commencé à déprimer. J'ai alors décidé d'aller voir une hypnothérapeute, ancienne directrice de théâtre, Valérie Roumanoff. Quelques

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

séances avec elle m'ont aidée à remettre le plaisir au centre de ma vie. J'ai repris mes textes et j'ai continué à écrire. Elle m'a alors proposé de lire ce récit. Enthousiaste, elle m'a donné l'idée d'en faire un spectacle comique, sans pathos. Elle m'a alors mise en contact avec un metteur en scène, Mathieu Vervisch. Depuis 2018, j'ai joué *La Chauve SouriT* devant plus de 5 000 personnes partout en France ! Un *one woman show* décapant dans lequel je raconte avec humour et désinvolture mon combat. Une façon originale d'informer, de sensibiliser et de dédramatiser la maladie auprès du grand public. Beaucoup de spectateurs se reconnaissent dans mon histoire. Je suis même invitée au Festival Off d'Avignon 2021.

Cadre dans le milieu du marketing et de la communication, j'ai décidé de suivre une formation pour me reconvertir et devenir psychosomathérapeute, une discipline prenant en charge le patient dans sa globalité (psychique, corporelle et émotionnelle). Une façon de partager mon expérience de la résilience de manière professionnelle. J'anime également des conférences sur la résilience, ainsi que des « ateliers de résilience créative » à travers le théâtre et l'écriture. Enfin, je développe actuellement le programme « Résiliencez-vous ! », qui propose un accompagnement aux malades du cancer pendant et après leur traitement. ■

En savoir +

https://www.lachauvesourit.com

Un guide de développement existentiel humoristique

« Moi, Caroline, 40 ans, résiliente multirécidiviste : burn-out à 28 ans, cancer à 32, FIV à 35, infertilité déclarée à 36... Une belle vie de merde ! Mais j'ai décidé d'en tirer des leçons positives et de donner un sens à ma vie. » Dans ce guide pratique de développement existentiel humoristique et thérapeutique, l'auteure livre avec authenticité et désinvolture son expérience, ses principales leçons de vie. Elle invite chacun à se questionner pas à pas sur sa propre histoire et sur le sens que l'on donne à sa vie. Elle offre aussi ses « Trucs et astuces au cas où ! », accompagnés de mots d'experts psychologues. Elle travaille déjà sur l'écriture d'un deuxième ouvrage consacré à la résilience. ■

À lire

Le complexe du trampoline ou comment j'ai réussi à rebondir face aux galères de ma vie,
de Caroline Le Flour,
éditions Flammarion,
sortie prévue en février 2021.

« J'ai vu à son aspect physique qu'elle avait un grave problème de santé. »

DR MARIE-CLAUDE GAVARD,
psychiatre

Je connais très bien ma patiente. Lorsqu'elle est arrivée dans mon cabinet, j'ai tout de suite vu, à sa pâleur et sa grande difficulté à respirer, qu'elle avait un grave problème de santé. Je lui ai proposé un suivi continu qui lui permette de parler, comme une soupape de sécurité, pour que je puisse surveiller l'éventuelle survenue d'une dépression. Pendant le traitement, mon rôle a été d'analyser son ressenti au fur et à mesure de l'avancée de la maladie. Mais aussi de l'aider à s'adapter à la situation, à réfléchir aux changements post-traitement, à explorer les opportunités tant professionnelles que personnelles qui s'offraient à elle. ■

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

CULTURE TÉMOIGNAGES

85

[Que sont-ils devenus ?] Caroline Le Flour, alias La Chauve SouriT raconte avec humour, authenticité et désinvolture son combat contre le cancer. Elle a choisi de faire de cette épreuve une pièce de théâtre et aujourd'hui un livre ! Talentéo vous donne de ses nouvelles.

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/lefloucaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

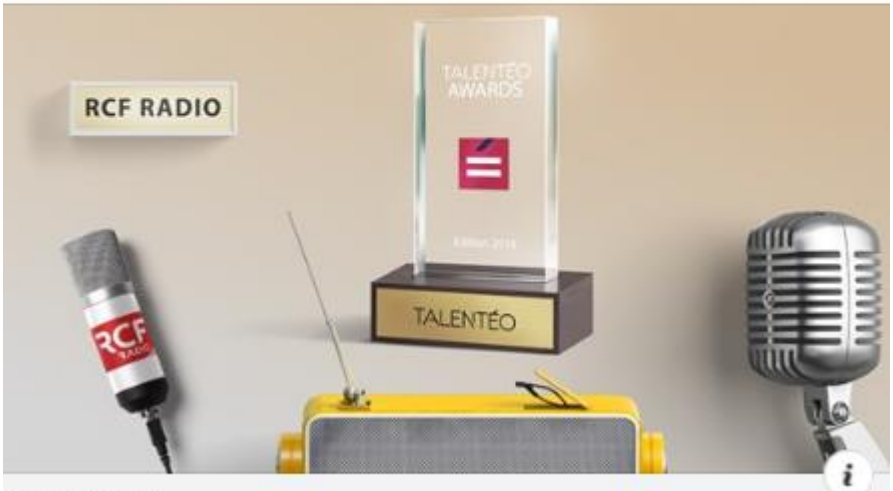
- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

Talentéo
6 décembre, 13:13 ·

Avec près de 25 000 consultations et 2 500 partages, cette nouvelle édition des Talentéo Awards a été un véritable succès. Les 22 projets en liste ont su engager leur audience en récoltant plus de 9 000 votes du public !

Après 2 semaines de compétition acharnée, les lauréats ont été annoncés il y a quelques minutes sur RCF Radio.

Un grand merci à tous les participants et au jury ! Découvrez sans plus tarder le palmarès



TALENTEO.FR
Talentéo Awards : découvrez les lauréats ! - Talenteo
Avec près de 25 000 consultations et 2 500 partages, cette nouvelle éditio...

Caroline Le Flour

Adda Abdelli

Présidente du Jury : Caroline Le Flour – Auteur, interprète

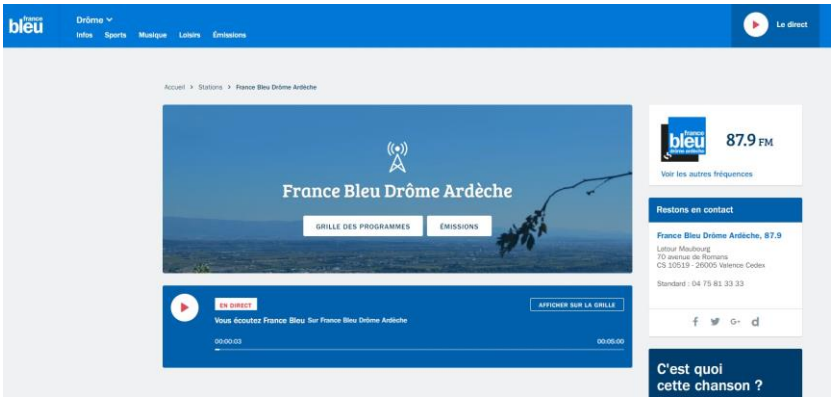
Dans son spectacle « La Chauve SouriT », Caroline raconte avec humour, authenticité et désinvolture son combat contre le cancer. Aussi drôle que poignant, son récit marque les esprits et brise les tabous sur la maladie.

Président du jury : Adda Abdelli – Auteur, Comédien

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

Lien vers Interview RCF le 21/02/2019



Lien vers Interview de France Bleu Drôme Ardèche le 19/02/2019
Disponible aussi sur https://www.lachauvesourit.com/presse

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

Sortir

SAMEDI 2 FÉVRIER. La Chauve souriT ou comment « faire mourir de rire » après un cancer

Invitée par le club Richelieu, Caroline Le Flour fait étape à Lonrai, samedi 2 février à 20 h 30, pour présenter son « seule en scène », au profit de la Ligue contre le cancer.

« Au départ, c'était un récit posthume pour ma famille. Et je m'en suis sortie ! Alors j'ai fait lire mes notes à une personne de théâtre qui m'a dit : « Ça pourrait faire un seule-en-scène » ! On a retravaillé le texte et le 3 février 2018, je me suis lancée à Toulouse, à l'invitation de la Ligue contre le cancer, face à 500 personnes ».

Les retours de sa prestation sur scène et le bouche-à-oreille qui en découle lui sont si favorables que les sollicitations pleuvent. En un an, Caroline le Flour a enchaîné une vingtaine de représentations de « La Chauve souriT », titre complété par « Mon cancer va vous faire mourir… de rire ! ». « Ça fait le buzz », sourit-elle « et ça permet de lever des fonds pour des associations ».

Touchée par un burn-out puis un cancer, Caroline Le Flour évoque « son parcours de vie » **sur scène et** « brise les tabous sur la maladie ».

« L'essentiel c'est d'être là ! »

Dans l'heure et quart qu'elle déroule face au public, la Bretonne de 38 ans y a mis son « parcours de vie ».

Engagée volontaire dans l'Armée à 19 ans, elle rend son uniforme après un an chez les chasseurs alpins pour reprendre ses études. Un BTS en alternance l'amène chez EDF à Alençon, « avec Philippe Drillon comme tuteur ».

Titularisée, elle se construit une jolie carrière dans la communication depuis les bureaux parisiens d'EDF. À 28 ans, elle est stoppée par un burn-out avant de déclarer un cancer à 32. « J'ai alors trouvé refuge dans l'écriture. J'ai toujours aimé écrire mais la maladie en a été le révélateur ».

Dans ses carnets, elle couche « tout ce qui me faisait rire pendant mon traitement : le diagnostic, les symptômes, les annonces des médecins, les réactions de ma famille, de mes amis ». Autant de phrases et remarques qui habillent désormais son spectacle.

Si elle reconnaît, « être sur le fil mais sans jamais tomber ni dans la moquerie, ni dans le pathos », Caroline Le Flour constate, surtout dans les retours des spectateurs, qu'elle « touche tout le monde » : des malades « qui viennent rire mais aussi des proches qui peuvent reconnaître leurs maladresses mais à qui je rappelle qu'ils ont le droit d'être maladroit car l'essentiel, c'est d'être là ! »

Bientôt un livre et peut-être une BD

Devant le buzz que son spectacle créé, elle prend conscience qu'elle « marque les esprits et fait changer le regard sur le cancer, qui n'est pas une maladie contagieuse ». Elle fait de son spectacle, un « outil pédagogique pour dédramatiser, un moyen de sensibiliser à la maladie, et au dépistage notamment » mais aussi une révérence à la vie.

« Je le répète, la maladie c'est la vie et ces scènes sont évidemment thérapeutiques aussi pour moi, elles sont importantes dans mon parcours de résilience, mais ce qui me touche davantage, ce sont les rires dans la salle et l'énergie qu'ils génèrent. Parce que mon spectacle fait plus rigoler que pleurer. Mes plus belles récompenses, ce sont les échanges avec les gens ensuite. Les personnes malades voient en moi un exemple de résilience et de rebond et ça leur donne espoir et ça libère la parole et brise les tabous, pour les autres ».

Aujourd'hui âgée de 38 ans, Caroline le Flour surfe avec joie et bonheur sur ces intenses temps d'échanges avec le public et s'attelle déjà à d'autres projets : un livre sur son histoire est en gestation « et peut être aussi une BD ».

Le tout en auto production et tout en conciliant son job au marketing-communication d'EDF à Paris et sa vie personnelle à Vannes ! Phénoménale Caroline Le Flour ? On le dirait. Amoureuse de la vie aussi et surtout.

Karina PUJEOLLE

▲ « La Chauve souriT », samedi 2 février à 20 h 30 à la salle de l'Eclat à Lonrai, dans le cadre des rendez-vous du Richelieu. Entrée : 10 € au profit de la Ligue contre le Cancer. Billets en vente à La Ligue contre le Cancer, 8, rue Camille Violand à Alençon. Réservations possibles par téléphone au 06 76 72 21 31 ou le soir du spectacle dans la limite des places disponibles.

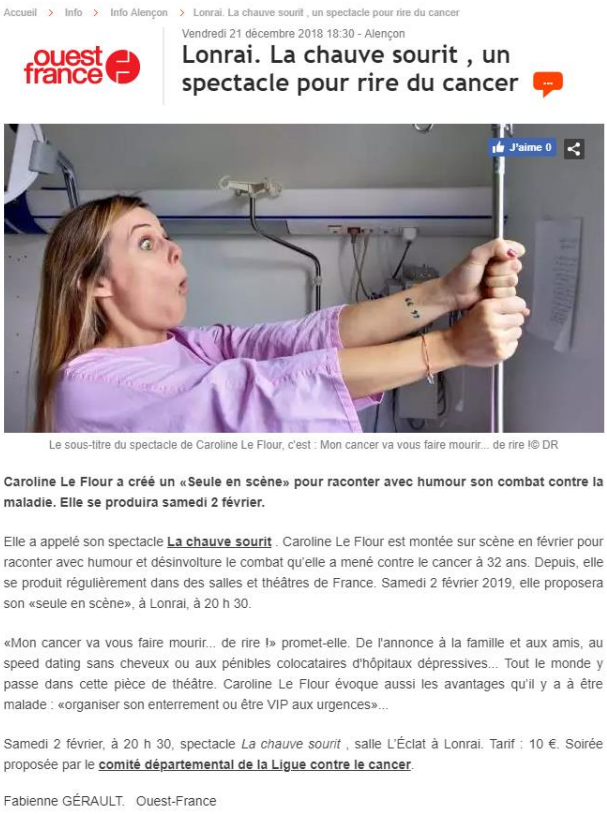
Article Sortir Alençon
01/02/2019

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

Article Ouest France diffusé le 14/01/2019 pour la date de représentation du 02/02/21019
(merci de copier-celui-ci dans votre navigateur) :

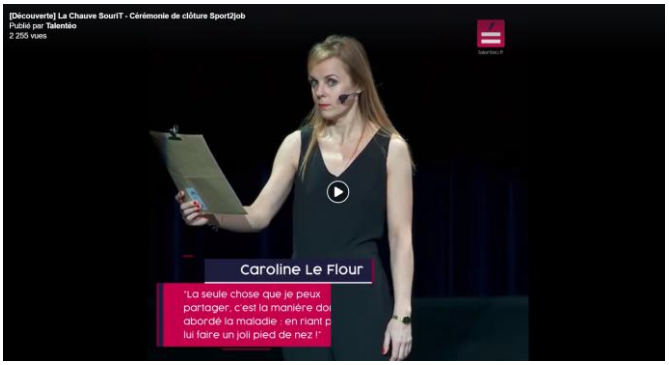
https://www.ouest-france.fr/normandie/alencon-61000/lonrai-caroline-le-flour-fait-de-son-cancer-un-spectacle-6171921



Lien vers Article Ouest France diffusé le 21/12/2018 pour la date de représentation du 02/02/21019

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT



« La seule chose que je peux faire c'est partager la manière d'affronter la maladie : en riant pour lui faire un joli pied de nez ! »

Lien vers Bande annonce réalisée par Talentéo Diffusée pour la promotion du 18/12/2018

« Rire, une manière d'affronter la maladie ! »

Interview Chaîne Tébéo
27/11/2018

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

L'YONNE RÉPUBLICAINE

À LA UNE | VIE LOCALE | SPORTS | LOISIRS | ÉCONOMIE

Une cure de rire contre le cancer

JOIGNY VIE PRATIQUE - CONSOMMATION

Publié le 12/10/2018

Théâtre. Peut-on rire de tout ? La question est souvent posée. La comédienne Caroline Le Flour (photo DR) a en tout cas apporté un élément de réponse, en montrant que l'on peut rire du cancer. Et c'est déjà beaucoup. Seule sur scène, elle interprétera La chauve souriT ce soir à 20 h 30, dans le cadre des Vendredis de Debussy. Une pièce qui raconte son propre vécu, avec humour et aplomb.
Pour ne plus voir dans le cancer qu'une seule fatalité. Programmé au cœur d'Octobre rose,

LIRE LE JOURNAL

LES + PARTAGÉS

1 **Impôts** Ces communes de l'Yonne où le taux de la taxe d'habitation 2018 augmente

2 **Habitat** Les démarches à faire si des fissures, causées par la sécheresse, sont apparues sur votre maison

3 **Infographies** La flambée des prix du carburant se poursuit dans l'Yonne

4 **Démographie** Comment certains villages de l'Avallonnais parviennent à gagner des habitants

Analyse Pourquoi votre taxe

« Une cure de Rire Contre le cancer ! »

Lien vers Article L'Yonne Républicaine 12/10/2018

« Salle Comble pour La Chauve SouriT ! »

*Article **La Presse d'Armor** 10/10/2018*

LA PRESSE D'ARMOR
MERCREDI 10 OCTOBRE 2018
actu.fr/la-presse-d-armor
21

OCTOBRE ROSE. Salle comble pour la *Chauve sourit*

C'est costumée en chauve-souris que l'artiste termine son spectacle.

Samedi, la municipalité a organisé des animations à l'occasion du lancement de la campagne Octobre rose, destinée à sensibiliser au dépistage du cancer du sein et à récolter des fonds pour la recherche. Après les randonnées organisées en début d'après-midi en collaboration avec La Plouhatine de randonnée, c'est en soirée que s'est poursuivie la mobilisation avec le spectacle de Caroline Le Flour *La Chauve sourit*.

Seule en scène, l'artiste a décidé de raconter par l'humour son combat contre le cancer, en dévoilant également son parcours professionnel. Le talent est bien là même si l'on pense beaucoup à Florence Foresti, surtout dans la gestuelle. Dans la salle comble de l'Hermine, des éclats de rires ont accompagné les jeux de mots et gags, parfois corrosifs, de l'artiste.

À l'issue de la représentation, le maire Philippe Delsol a remis à Caroline Le Flour un diplôme d'honneur de la ville de Plouha pour son engagement dans la lutte contre le cancer.

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« Le public a été nombreux à accueillir le spectacle. »

*Lien vers Article **Ouest France** 10/10/2018*

« Tableau D'honneur pour Caroline Le Flour »

*Lien vers Article **Ouest France** 09/10/2018*

Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

Le Télégramme Brest Lannion Lorient Quimper Saint-Brieuc Vannes Rennes Autres Communes

Tébéo Tébésud SOIR

MONDE FRANCE BRETAGNE ECONOMIE SPORTS LOISIRS &VOUS ANNONCES EN IMAGES RHUM 2018

> Toutes les communes > Plouha

Météo Avis de décès Cinéma Agenda

Caroline Le Flour. « La chauve Sourit » a séduit

Publié le 08 octobre 2018 à 14h27 Modifié le 08 octobre 2018 à 20h30 VOIR LES COMMENTAIRES

CHEZ VOUS
Accédez à toute l'actualité de votre commune

« La chauve Sourit » est le spectacle qui s'est déroulé, samedi soir, à l'Hermine. Un one woman show étonnant puisqu'il y est question du parcours d'une jeune femme atteinte d'un cancer. On ne sait pas, au départ, comment elle parviendra à s'en sortir. Péripéties de la vie, à la suite de ses premières années au sein d'un régiment de chasseurs alpins, d'un burn-out, résultat d'un travail acharné au sein d'une entreprise qui se préoccupe moins de la santé de ses employés que de ses bénéfices. Caroline se retrouve seule face à la maladie. Une occasion pour cette femme de se dépasser et d'aller chercher la lumière dans ses moindres recoins. Elle en ressort, guérie. Il fallait être costaude.

« La Chauve SouriT a séduit »

*Lien vers Article **LE TELEGRAMME** 08/10/2018*

« La Chauve SouriT à L'Hermine. »

*Lien vers Article **LE TELEGRAMME** 30/09/2018*

Le Télégramme Brest Lannion Lorient Quimper Saint-Brieuc Vannes Rennes Autres Communes

Tébéo Tébésud SOIR

MONDE FRANCE BRETAGNE ECONOMIE SPORTS LOISIRS &VOUS ANNONCES EN IMAGES RHUM 2018

> Toutes les communes > Plouha

Météo Avis de décès Cinéma Agenda

Octobre Rose. Caroline Le Flour à l'Hermine

Publié le 30 septembre 2018 à 16h22 VOIR LES COMMENTAIRES

Caroline Le Flour sera en représentation à l'Hermine avec son dernier spectacle « La chauve sourit », samedi 6 octobre.

Durant le mois d'octobre, des projecteurs roses éclaireront la mairie et l'Hermine. Samedi 6 octobre, à 20 h 30, à l'Hermine, Caroline Le Flour présentera son dernier spectacle intitulé « La chauve sourit ». Il s'agit d'un one woman show sur le cancer, spectacle comique et émouvant. Une façon comme une autre de rire de la maladie, pour mieux ressentir la vie qui passe. Caroline, 37 ans, a été militaire puis marketeuse. Pour lui rappeler qu'il y avait pire dans la vie, un cancer lui est tombé dessus.

Probablement la raison pour laquelle Caroline a décidé d'en rire... et en a profité pour donner un sens à sa vie. Elle nous raconte son combat avec l'authenticité et la désinvolture qui la caractérise. Cette « femme chauve qui sourit » de sa maladie, c'est bien elle et toute ressemblance avec des personnages existants ou ayant existé n'est pas forcément fortuite.

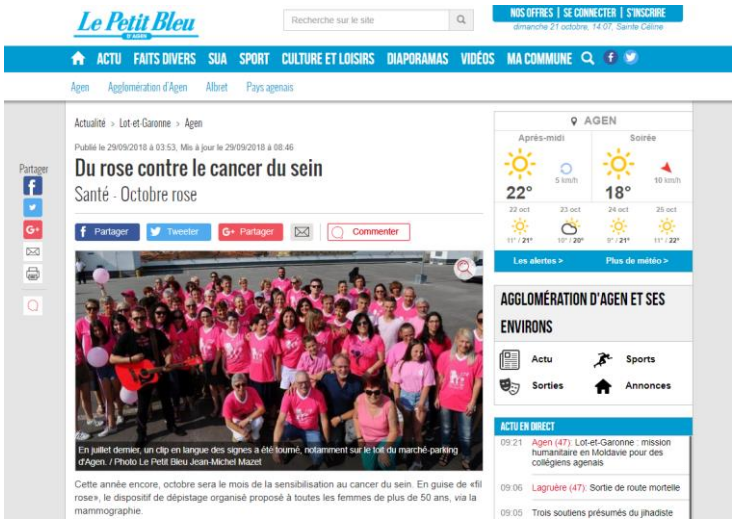
CHEZ VOUS
Accédez à toute l'actualité de votre commune

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« Un humour décapant, direct, émouvant. »

*Lien vers Article **LE Petit Bleu.fr***
29/09/2018


Le Petit Bleu

ACTU FAITS DIVERS SUA SPORT CULTURE ET LOISIRS DIAPORAMAS VIDÉOS MA COMMUNE

Agen Agglomération d'Agen Albret Pays agenais

Actualité > Lot-et-Garonne > Agen

Publié le 29/09/2018 à 03:53, Mis à jour le 29/09/2018 à 08:46

Du rose contre le cancer du sein

Santé - Octobre rose

Partager Tweeter Partager Commenter

En juillet dernier, un clip en langue des signes a été tourné, notamment sur le toit du marché-parking d'Agen. / Photo Le Petit Bleu Jean-Michel Mazet

Cette année encore, octobre sera le mois de la sensibilisation au cancer du sein. En guise de «fil rose», le dispositif de dépistage organisé proposé à toutes les femmes de plus de 50 ans, via la mammographie.

AGEN

Après-midi 22° — Soirée 18°

Les alertes > Plus de météo >

AGGLOMÉRATION D'AGEN ET SES ENVIRONS

Actu Sports Sorties Annonces

ACTU EN DIRECT

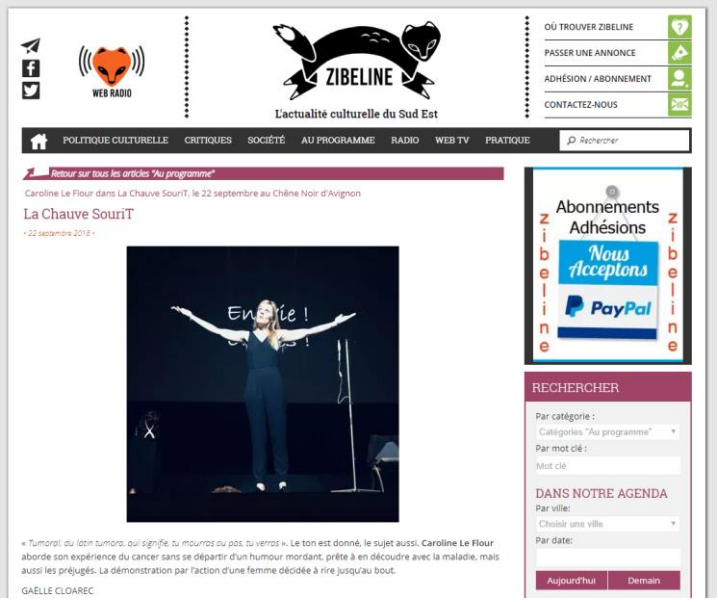
09:21 Agen (47): Lot-et-Garonne : mission humanitaire en Moldavie pour des collégiens agenais

09:06 Lagruère (47): Sortie de route mortelle

09:05 Trois soutiens présumés du jihadiste

Sur scène, «La Chauve sourit»

Sur scène, «La Chauve sourit» de Caroline La Flour, ou le quotidien d'une femme sous chimio vu sous l'angle de l'autodérision, un humour décapant, direct, émouvant. Suivra la représentation de «La Boîte aux chansons» pour que le public retrouve et reprenne en cœur des chansons du répertoire français et international. Ce spectacle sera aussi l'occasion de découvrir le clip «chansigné» réalisé par le Comité féminin 47. Le titre est destiné à devenir l'hymne d'Octobre rose. Il est interprété par des artistes dont certains utilisent le langage des signes afin que le message passe auprès des personnes malentendantes. C'est une prouesse artistique et technique orchestrée par David Lion, auteur et interprète du magnifique «Le Son de vos mains».


WEB RADIO

ZIBELINE

L'actualité culturelle du Sud Est

OÙ TROUVER ZIBELINE
PASSER UNE ANNONCE
ADHÉSION / ABONNEMENT
CONTACTEZ-NOUS

POLITIQUE CULTURELLE CRITIQUES SOCIÉTÉ AU PROGRAMME RADIO WEB TV PRATIQUE Rechercher

Retour sur tous les articles "Au programme"

Caroline Le Flour dans La Chauve SouriT, le 22 septembre au Chêne Noir d'Avignon

La Chauve SouriT

« 22 septembre 2018 »

« Tumoral, du latin tumora, qui signifie, tu mourras ou pas, tu verras ». Le ton est donné, le sujet aussi. **Caroline Le Flour** aborde son expérience du cancer sans se départir d'un humour mordant, prête à en découdre avec la maladie, mais aussi les préjugés. La démonstration par l'action d'une femme décidée à rire jusqu'au bout.

GAËLLE CLOAREC

Abonnements Adhésions

Nous Acceptons PayPal

RECHERCHER

Par catégorie : Catégories "Au programme"

Par mot clé : Mot clé

DANS NOTRE AGENDA

Par ville: Choisir une ville

Par date: Aujourd'hui Demain

« Décidée à rire jusqu'au bout. »

*Lien vers Article **Zibeline.com***
22/09/2018

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourearoline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« Ce spectacle est mon premier bébé et j'espère qu'il y en aura beaucoup d'autres ! »

Participation à l'émission
Ça commence aujourd'hui FRANCE 2
21/09/2018

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

NÎMES « La Chauve SouriT », rire ensemble contre le cancer

Linda Manouni - 21 septembre 2018 - 0 - 92 - 1 minute de lecture

L'association "Nature Libre" vous propose le spectacle "la Chauve SouriT" sur l'espoir face au cancer, le **21 septembre à 21 h à l'IFME de Nîmes et le 22 septembre à 21 h au théâtre du chêne noir à Avignon.**

La Chauve SouriT alias Caroline raconte avec humour, authenticité et désinvolture son combat contre le cancer. La force de ce récit est d'être aussi drôle que poignant, donnant avec légèreté à cette aventure personnelle une dimension universelle.

« Vous voulez rire de la maladie ? Ressentir à quel point il y a de la vie ? C'est par ici... »
Caroline 37 ans a été militaire puis marketeuse « burnoutée ». Pour lui rappeler qu'il y avait pire dans la vie un cancer lui est tombé dessus. Ça pourrait plomber l'ambiance ? Bien au contraire ! Elle a décidé d'en rire et d'en profiter pour donner un sens à sa vie. Surtout qu'elle sait nous rappeler que potentiellement tout le monde est concerné. Du coup vous repartirez avec des trucs et astuces au cas où.

De l'annonce à la famille « pourquoi tu me fais ça ? », aux amis « oh non pas toi t'étais trop sympa », du speed dating sans cheveu, aux pénibles colocataires d'hôpitaux dépressives... Tout le monde y passe.
Heureusement il y aussi des avantages : organiser son enterrement ou être VIP aux urgences : « Tu es ce fameux cas plus urgent que les autres... » et peut-être s'en sortir.

Lorsque Caroline a appris la terrible nouvelle de son cancer elle a repensé au sketch de Jean-Marie Bigard. C'est l'histoire d'une chauve-souris qui se déguise et arrive à se faire passer pour un poète à Nu. Tout au long de ce sketch, on se dit « admettons, admettons qu'elle y arrive... » Caroline s'est toujours dit cela pour les autres alors pourquoi pas pour elle ?

Elle nous raconte son combat avec l'authenticité et la désinvolture qui la caractérise Cette « femme chauve qui sourit » dé sa maladie, c'est bien elle et toute ressemblance avec des personnages existants ou ayant existés n'est pas forcément fortuite.

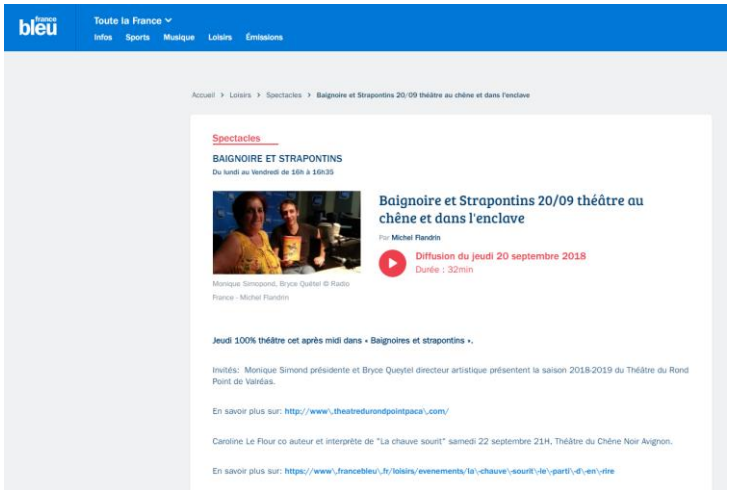
De CAROLINE LE FLOUR et MATHIEU VERVISCH.

« L'espoir face au cancer ! »

Lien vers Article ***Objectifgard.com***
21/09/2018

« Un spectacle décapant et émouvant ! »

Interview Radio France Bleu
21/09/2018



Jeudi 100% théâtre cet après midi dans « Baignoires et strapontins ».

Invités: Monique Simond présidente et Bryce Queytel directeur artistique présentent la saison 2018-2019 du Théâtre du Rond Point de Valréas.

En savoir plus sur: http://www\.theatredurondpointpaca\.com/

Caroline Le Flour co auteur et interprète de "La chauve sourit" samedi 22 septembre 21H, Théâtre du Chêne Noir Avignon.

En savoir plus sur: https://www\.francebleu\.fr/loisirs/evenements/la\-chauve\-sourit\-le\-parti\-d\-en\-rire

- Revue de Presse -

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« Rideau sur les spectacles ! »

*Article **Ouest France** 20/09/2018*

Live Communes Météo ouest france Le Journal Newsletters Rechercher

MENU Actualité Le Journal Régions Communes Sport Loisirs Services Vidéos ABONNEZ-VOUS

En ce moment Remaniement Orages et inondations Route du Rhum

Accueil / Bretagne / Vannes

#VANNES

Vannes. Lever de rideau sur les spectacles rigolos du Zygo Comédie

« La Chauve SouriT ! Humour ! »

*Article **La Provence** 20/09/2018*

HUMOUR

Au Chêne, "La chauve sourit"

Caroline Le Flour joue "La Chauve SouriT" samedi au Chêne Noir.

Samedi, au théâtre avignonnais du Chêne Noir, Mathieu Vervisch met en scène Caroline Le Flour dans le spectacle "La Chauve SouriT". Une soirée au profit de l'association "Nature Libre", qui a pour objet de promouvoir l'accompagnement des personnes sur leur parcours de vie à travers la mise en place de ressources et services proposant des actes thérapeutiques, de bien-être… "La Chauve SouriT" raconte avec humour, authenticité et désinvolture, le combat d'une femme contre le cancer.

Samedi à 21 h au Théâtre du Chêne noir, Avignon. Entrée : 15€. Réservations au 06 43 21 80 85 ou www.helloasso.com et www.billetreduc.com

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« La Chauve SouriT,
Un spectacle drôle et pognant ! »

Article
Midi Libre 20/09/2018

4 NÎMES

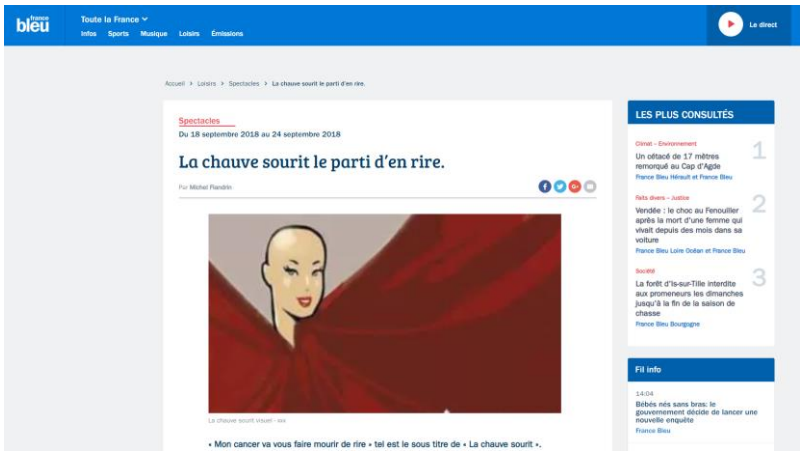
"La Chauve sourit" : l'espoir face au cancer

Spectacle. Vendredi, à 21 h, à l'Institut de formation aux métiers éducatifs.

■ **Caroline Le Flour dans un spectacle drôle et poignant.** DR

Le combat d'une femme face au cancer : c'est l'histoire que raconte Caroline Le Flour dans son spectacle "La Chauve sourit", dont une représentation aura lieu ce vendredi 21 septembre, à 21 h, à l'institut de formation aux métiers éducatifs (IFME) de Nîmes (1).
"La Chauve sourit", alias Caroline, raconte avec humour et désinvolture la lutte contre la maladie, dans un récit à la fois drôle et poignant, depuis l'annonce à la famille et aux amis, jusqu'au speed dating sans cheveux et aux colocataires d'hôpitaux dépressives.
Auteur de ce spectacle avec Mathieu Vervisch, Caroline Le Flour, frappée par le cancer, a souhaité, par ce texte mis en scène, *« laisser une trace à sa famille, à ses amis, au cas où elle ne passerait pas le cap. Leur expliquer que cela n'avait pas été si grave, un de ses maîtres mots pendant la maladie étant de rire de tout. »*
C'est l'association Nature libre, basée dans le Vaucluse, qui propose ce rendez-vous en partenariat avec le conseil départemental du Gard. Nature libre a été créé par Magali Collardey, professionnelle du médico-social et des ressources humaines, dans le but de proposer *« un accompagnement thérapeutique et un accès au ressourcement »* à des personnes en difficultés.

(1) 2 117, chemin de Bachas à Nîmes. Tarif : 15 € au profit de l'association Nature libre. Réservation : www.helloasso.com et www.billetreduc.com
(2) www.naturelibre.fr



« Le Pari d'en Rire ! »

*Interview **Radio – France Bleu***
18/09/2018

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« L'espoir face au cancer ! »

Lien vers Article ***LaDEPECHE.fr***
11/09/2018

LADEPECHE.fr

Un clip de sensibilisation en langue des signes

Octobre Rose

Le journal du jour

S'ABONNER DÈS 1€

DÉCOUVRIR LE CLUB ABONNÉS

JOIGNY **Caroline Le Flour sème du rire et de l'espoir**

La comédienne Caroline Le Flour poursuit son ascension sur les planches partout en France. Elle se produit à Joigny ce soir à 20h30 salle Claude Debussy avec son spectacle « La chauve sourit ».

Comédienne dans l'âme, Caroline Le Flour s'est formée au théâtre dès l'adolescence. Mais ce qui l'animait au départ sur les planches, ce n'était pas tant cette passion que son besoin d'en finir une fois pour toutes avec la maladie. Pendant son traitement en chimiothérapie, Caroline note toutes les paroles un peu drôles voire surréalistes, les maladresses, les petites perles, en somme, des patients, des familles, de ses colocataires de chambre et du corps médical. Puis, l'étape de la convalescence s'avère tout aussi éprouvante. « *Quand j'étais malade, j'étais en mode warrior, en mode combat et physiquement très affaiblie. Mais psychologiquement j'étais mon meilleur allié en fait pour pouvoir combattre. Donc ma manière de réagir ça a été de rester positive, de rire de tout* ». Une fois en rémission, Caroline Le Flour subit « *le contre coup psychologique de tout ce qui s'est passé* ». La comédienne trouve du réconfort dans les médecines douces mais surtout dans l'écriture.

Cet art thérapeutique se transforme doucement en une belle aventure humaine lorsque son hypnothérapeute, lui-même issu de l'univers théâtral, l'encourage à révéler ce qu'il qualifie de « seul en scène » au grand public. « *Quand j'ai structuré ma pensée, il y avait deux axes : l'axe individuel, le mien, celui du parcours de résilience. Et puis aujourd'hui, à force de jouer, de rencontrer les gens, je me rends compte qu'effectivement, il y a un intérêt collectif* ». Caroline Le Flour souhaitait livrer son expérience. Aujourd'hui son spectacle est un pied de nez à la maladie. Mais elle a finalement trouvé bien plus en montant sur scène : un public aimant. Elle finit par toucher tout le monde sans exception. D'ailleurs elle l'annonce clairement sur son affiche : « *Mon cancer va vous faire mourir de rire !* » ; le cancer et bien d'autres anecdotes sur son passage chez les chasseurs alpins à 19 ans ou encore son burnout. Le rire est peut-être même l'un des meilleurs moyens de sensibiliser la population. Il n'alarme pas, il dédramatise même. Il fait du bien. Chose que lui a confié son public dont elle est très proche. De fait, « *ça ouvre le sujet, ça libère la parole* » estime la comédienne.

Caroline Le Flour a déjà conquis une quinzaine de salles dans le sud de la France, en Bretagne, à Paris et aujourd'hui en Bourgogne. Elle prend autant de plaisir à jouer pour des associations que dans les théâtres pour un plus large public. La comédienne précise modestement qu'elle joue en amateur. Pourtant elle n'a vraiment rien à envier à beaucoup qui se revendiquent professionnels. Avec Caroline Le Flour, de la maladie à la naissance d'un talent il n'y a qu'un pas. **Floriane BONVIN**

Infos pratiques : Entrée libre et gratuite

Caroline Le Flour, auteur et interprète

Vendredi 10 Août 2018 **L'Indépendant de l'Yonne** 7

« Caroline sème du Rire et de l'Espoir ! »

Article ***Indépendant de L'Yonne***
10/08/2018

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« A voir absolument ! »

*Avis **Billet Réduc***
Août 2018

« Fous rires, émotions, un mélange subtil et savant bien orchestré. »

*Lien vers **Blog Cœur de Douceur***
03.04.2018

« Elle raconte avec humour son combat contre le cancer ! »

*Interview du **Ouest France Bretagne***
03.04.2018

Plouha

Elle raconte avec humour son combat contre le cancer

Originaire de Plouha, Caroline Le Flour a donné deux spectacles de théâtre, samedi et dimanche, au restaurant Entre-Nous. Sans subterfuge, elle raconte avec humour, authenticité et désinvolture son combat contre le cancer.

Dans son parcours, elle a dû affronter la maladie mais surtout les commentaires de l'entourage, du corps médical. Certaines réflexions qui se veulent bienveillantes font parfois plus de mal que de bien.

Caroline Le Flour dévoile une partie de sa vie intime, sait toucher, de façon drôle mais aussi poignante le public. Elle a tenté de trouver des thérapies alternatives de toutes sortes... pas toujours les bienvenues.

Chauve SouriT, alias Caroline Le Flour, a retrouvé la joie de vivre même si des émotions resurgissent pour celle qui a connu les affres de la maladie.

Caroline Le Flour, avec humour, sait transcrire son parcours dans sa lutte contre cette longue maladie.

Dans le cadre d'Octobre rose (mois de lutte contre le cancer du sein), elle présentera de nouveau son spectacle à l'Hermine.

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« Caroline alias La Chauve SouriT ! »

*Lien vers Interview **Radio France Breizh Izel** 30.03.2018*

« Un spectacle décapant sur le Cancer ! »

*Lien vers Interview **Télégramme** 30.03.2018*

Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

Annonay | Caroline Le Flour, entr...
c.ledauphine.com

ledauphine.com

THÉÂTRE - ATTEINTE D'UN CANCER, ELLE EN A FAIT UN SPECTACLE QUI ÉTAIT DONNÉ VENDREDI SOIR

Caroline Le Flour, entre émotions et fous rires

Caroline Le Flour, en chauve-souris, et Annie Bonnardel, de Cœur de douceur, qui organisait la soirée. Carolien LeFlour en chauve-souris et Annie Bonnardel

« Caroline a **bien mérité sa standing ovation.** » « La Chauve SouriT **a ému le public** mais a **aussi déclenché d'innombrables fous rires !** »

*Lien vers Article **Le Dauphiné.com** 26.03.2018*

« Caroline a décidé de nous faire rire de son cancer ! »

Lien vers Interview Radio d'Ici 23.03.2018

Bientôt disponible

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« Rire du cancer
le pari réussi de La Chauve SouriT »

*Lien vers Article **Talenteo.fr***
27.03.2018

« La Chauve SouriT alias Caroline Le Flour raconte **avec humour, authenticité et désinvolture** son combat contre le cancer. »

*Lien vers Article **Ouest France** Info Locale*
23.03.2018

« C'est **très drôle, poignant et fort.** »

*Lien vers Article **e-territoire***
23.03.2018

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« Pendant la Chimio j'ai pris l'habitude d'écrire ce qui me faisait rire. Aujourd'hui quand **j'entends les rires et les fous rires dans la salle** je comprends à quel point cela est utile ! »

*Lien vers Article **Le Dauphiné Libéré** 22.03.2018*

CULTURE | Caroline Le Flour sera à l'amphithéâtre du lycée Saint-Denis, demain soir

Son combat contre le cancer mis en scène

Caroline Le Flour vient de Paris où elle est aujourd'hui installée.

→ Comment avez-vous appris la nouvelle de votre maladie ?
«J'ai vécu un burn-out dans mon travail de marketeuse, à l'âge de 28 ans. Suite à cela, alors que je m'en remettais, j'ai ressenti un cumul de symptômes. Je suis hospitalisée en urgence et là on m'annonce que j'ai un cancer (lymphome). Je suis partie pour quelques mois de chimiothérapie et là, j'ai écrit la pièce.»

→ L'écriture, le théâtre, c'est en vous depuis l'enfance ?
«J'ai fait du théâtre depuis l'âge de 14 ans, pour moi, cela a toujours été un exutoire. Et, en parallèle, j'ai commencé à écrire dès 8 ans parce que cela me plaisait. Du point de vue thérapeutique, c'est très bon d'écrire ! En chimio, j'ai pris l'habitude de noter tout ce qui me faisait rire. Je voulais laisser un témoignage drôle à ma famille, au cas où… C'est un mécanisme familial de vite contrecarrer les événements de vie avec l'humour.»

→ Comment est venue l'idée du spectacle ?
«J'avais mis dans un tiroir tout ce que j'ai écrit durant ma maladie. Le texte initial est plutôt entre roman et pièce de théâtre. Un jour où cela n'allait pas très bien, j'ai repris l'écriture, motivée par le fait de ne rien oublier. J'ai poursuivi une forme de résilience. J'ai rencontré une hypnothérapeute dont le mari, Mathieu Vervisch, est auteur de théâtre. Ce que je joue sur scène est à 70 % de moi, 30 % de mon coauteur.»

→ Vous êtes devenue pro du spectacle ?
«Je me sens plus légitime après avoir joué, devant 500 personnes, à Toulouse. Il faut que je dise que je suis pro mais je suis d'abord une jeune femme qui a vécu une expérience, qui a des qualités d'écriture, qui a un jeu plutôt bon sur scène. Déjà, je suis sincère.»

→ Vous avez d'autres projets en vue ?
«J'ai encore quelques tiroirs que je pourrais ouvrir, en effet. J'ai commencé à écrire une suite avec d'autres éléments de ma vie.»

→ Qu'est-ce qui vous a le plus éprouvée dans votre maladie ?
«Il a deux choses qui m'ont émue de manière forte : la tristesse de mes proches a été plus dure pour moi que la souffrance physique, ce qui m'a poussé encore plus à écrire, et également, la pensée de ne pas pouvoir voir grandir mes neveux et nièces.»

→ Vous avez donc l'intention de faire passer un message d'espoir aux malades ?
«Je vois, au cours de mes spectacles, ce que j'apporte aux gens. C'est une transmission positive d'un témoignage. Quelque part, je me sens utile. Et, c'est pour moi une étape supplémentaire de ma résilience.»

→ Vous comprenez que tous les malades n'ont pas la même approche ?
«Je ne sais pas si je suis exceptionnelle mais je comprends qu'on puisse avoir une posture de repli sur soi, de résignation et cela, même si on est bien entouré. On est seul face à la maladie et on flirte avec l'idée de mort. C'est normal de voir le côté obscur. J'ai toujours cherché quelque chose de caricatural à ce que je vivais mais c'est ma manière à moi ! Mon mécanisme de défense c'est de transformer les côtés noirs en choses risibles. Je peux pleurer mais je vais rire après. Mais, je ne veux pas donner de leçons.»

→ Vous vous sentez fière aujourd'hui ?
«Je suis fière de l'équipe médicale qui m'a soignée, je suis fière de ma famille ; je ne suis pas fière de moi mais contente d'avoir surmonté cette épreuve.»

Propos recueillis par Guy RULLIÈRE

L'INFO EN +

SPECTACLE DE LA CHAUVE SOURIT, CE SOIR, AU LYCÉE SAINT-DENIS

Caroline Le Flour est atteinte d'un cancer et prend le parti de ne pas se priver de rire ! C'est le sujet de ce spectacle au profit de Cœur de douceur.

La coauteur et actrice est donc Caroline Le Flour. Cette Rochelaise d'origine, Parisienne aujourd'hui, est actuellement marketeuse aux services centraux d'EDF.

Touchée par la demande d'Annie Bonnardel, de l'association Cœur de douceur, elle vient demain à 20 h 30, présenter son spectacle à l'amphithéâtre Henry-Hassan du lycée Saint-Denis.

- Entrée : 15 euros.
- Réservation : 07 72 21 13 12.

Sa pièce est aussi une belle leçon de vie.

« J'ai tout simplement adoré ! »

*Lien vers Article **Blog Lymphome & Cie** 21.02.2018*

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« Son cancer **Caroline** Le Flour **a décidé d'en rire !** »

*Lien vers **REPORTAGE FRANCE 3** 03.02.2018*

SOCIÉTÉ Caroline veut vous faire mourir de rire avec son cancer...

ACCUEIL > SOCIÉTÉ

Toulouse: Elle veut vous faire mourir de rire avec son cancer

HUMOUR Caroline Le Flour a décidé de réussir son cancer. Dans «La Chauve SouriT» qu'elle va jouer pour la première fois à Toulouse, elle livre le journal intime d'une malade en crise existentielle. Aussi hilarant que profond...

Hélène Merial | Publié le 28/01/18 à 17h49 — Mis à jour le 28/01/18 à 17h49

1 COMMENTAIRE 635 PARTAGES

À LIRE AUSSI

10/01/18 | CANCER Les coraux, un espoir pour soigner des cancers incurables

10/01/18 | ÉDUCATION Un syndicat épingle l'humour des fiches métiers de l'Onisep

10/01/18 | FAKE OFF VIDÉO. Non, les capsules de café ne sont pas cancérogènes

D'ACTU

Caroline Le Flour raconte son cancer en mode ironique dans la Chauve SouriT. — La Chauve SouriT

LIVRAISON GRATUITE

« Caroline Le Flour a décidé de réussir son cancer. Dans «La Chauve SouriT» elle livre le journal intime d'une malade en crise existentielle. Aussi hilarant que profond… la maladie…. Ce spectacle est très drôle. »

*Lien vers Article **Journal 20 minutes** 28.01.2018*

« Le rire est un bon antidote pendant la maladie…. Ce spectacle est très drôle. »

Lien vers Interview en Direct sur France Bleu Toulouse - 01.02.2018

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

haute-garonne

l'interview du jour

théâtre

Caroline Le Flour : « Rire, ensemble, de mon cancer, ça fait du bien ! »

l'essentiel

Caroline Le Flour, alias La Chauve SouriT, a choisi de faire de son combat contre le cancer une pièce de théâtre. Elle se produit pour la première fois à Toulouse, samedi soir, dans le cadre de la Toulouse Onco Week.

C'est seule sur scène, avec son porte-perfusion que Caroline Le Flour, alias La Chauve SouriT, raconte le cancer qui l'a touchée en 2012. « Mon cancer va vous faire mourir… de rire ! », qu'elle a co-écrit avec le metteur en scène Mathieu Vervisch, démarre par le récit de son propre enterrement

Pourquoi avoir fait une pièce de théâtre à partir d'un sujet aussi personnel ?

Mon parti pris était de rendre compte de ce que j'avais traversé ces dernières années : le burn-out professionnel, le lymphome, les traitements, l'infertilité. Pendant la chimiothérapie, j'ai écrit. Je pouvais devenir une victime, diaboliser la maladie, mais j'ai décidé d'en rire.

Ce choix a-t-il été facile ?

Non. Le mot cancer est une bombe, pour soi et pour les proches. Dans ma pièce, j'explique toutes les étapes et je pousse parfois jusqu'à la caricature pour que les spectateurs se demandent si c'est vrai. Mon humour est parfois noir mais les premiers retours sont positifs. Au départ, j'ai écrit le texte pour ma famille, comme s'il fallait que je laisse une trace et puis je l'ai ouvert à d'autres, ça libère !

> « J'ai écrit ce texte pour donner du sens à ma maladie. Il a maintenant un rôle de résilience, individuel et collectif »

Auriez-vous pu écrire la même chose si le diagnostic avait été pessimiste ?

Aujourd'hui, mon cancer est considéré comme guéri mais je n'aime pas trop ce mot. Je n'ai jamais voulu savoir quelles étaient mes chances. Les taux de rémission, de guérison, de récidive étaient, pour moi, incompréhensibles. J'allais gagner, c'est tout. Je n'ai pas trop eu le temps de réfléchir, mon cancer était très agressif. Il s'est passé seulement dix jours entre le diagnostic et le moment où je n'ai plus eu de cheveux. J'ai écrit ce texte pour donner du sens à la maladie, maintenant je lui trouve un intérêt de résilience, individuel et collectif. Je l'ai testé auprès de personnes malades, en deuil ou même condamnées… Je me moque d'abord de moi-même mais je voulais presque avoir l'aval de tout le monde. J'ai vu ces personnes pleurer et rire, ça fait du bien et c'est symboliquement fort, la maladie fait partie de la vie.

Que va-t-il se passer maintenant ?

Après Toulouse, une autre représentation est prévue à Nantes à la demande de l'association France Lymphome Espoir. Avec le texte, je suis également en train de terminer un roman mais je n'ai pas d'éditeur. C'est le début, j'ai l'impression qu'un cercle vertueux se met en place.

Propos recueillis par Emmanuelle Bay

La Chauve SouriT dans « Mon cancer va vous faire mourir… de rire ! », samedi 3 février 2018 à 20 h au Centre Pierre Baudis de Toulouse, 10 €. Tous les bénéfices seront reversés à la Ligue contre le cancer 31.

Caroline Le Flour, alias « La Chauve SouriT », 37 ans aujourd'hui, s'est battue contre un lymphome./Photo DR

LES RENDEZ-VOUS DE LA TOW

La 2e édition de la Toulouse Onco Week (TOW) se déroulera du 3 au 7 février 2018 au Centre de congrès Pierre Baudis. Au programme : un symposium scientifique, des présentations des industriels et start-up sur leurs innovations. Pour le grand public : une pièce de théâtre « Mon cancer va vous faire mourir… de rire ! » jouée pour la première fois le samedi 3 février à 20 heures (entrée 11 €, tous bénéfices reversés à la Ligue contre le cancer 31) ; une course de 5 km le dimanche 4 février ; une conférence gratuite le mardi 6 février de 18 h à 20 h autour des questions : y a-t-il une part de hasard dans le cancer ? la prévention active du cancer, l'immunothérapie. Pour tous ces événements, **inscriptions en ligne** sur le site www.toulouse-onco-week.org

« C'est seule sur scène, avec son porte-perfusion que Caroline Le Flour, alias La Chauve SouriT, raconte avec beaucoup d'humour le cancer qui l'a touchée. »

*Lien vers Article Journal **La Dépêche de Toulouse** - 31.01.2018*

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Revue de Presse -
LA CHAUVE SOURIT

« L'ART POUR ABORDER LA MALADIE AVEC UN REGARD NOUVEAU ET DECALE. C'EST PARFOIS ABRUPT, « C'EST LA VRAIE VIE » MAIS C'EST SURTOUT TRES DROLE. »

*Lien vers Article **Blog Tribulations d'une Quinqua** – Janvier 2018*

Touchée par un lymphome en 2012, Caroline Le Four, qui a toujours aimé écrire, souhaitait laisser une trace d'humour posthume à ses proches... Débarrassée de son cancer, l'auteure a fait le choix, aux côtés de Mathieu Vervisch, de transformer ses écrits en une pièce de théâtre qui parle de la maladie, des traitements, du rapport aux autres, sans complaisance et sans compromis. C'est parfois abrupt, « c'est la vraie vie » mais c'est surtout très drôle.

L'équipe de La Chauve SouriT a choisi de présenter sa pièce pour la première fois lors de la Toulouse Onco Week et a reçu le soutien tout particulier de La Ligue contre le Cancer de la Haute-Garonne. Au-delà des grands rendez-vous scientifiques et économiques, la TOW a l'ambition d'être un moment de partage avec le grand public à travers des actions caritatives visant à lever des fonds. En outre, l'intégralité des bénéfices de la représentation sera reversée à la Ligue contre le Cancer 31, et permettra de financer en partie des projets de recherche contre la cancer en Haute-Garonne, sur l'année 2018.

Alors, si vous résidez Toulouse ou les environs, pourquoi ne pas aller assister à cette première représentation de la chauve-souriT ?

« Son cancer va vous faire mourir... de rire ! »

*Lien vers **Reportage Chaîne TV « Vià Occitanie »** - 03.02.2018*

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Photos de scène -
LA CHAUVE SOURIT

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Photos de scène -
LA CHAUVE SOURIT

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Photos de scène -
LA CHAUVE SOURIT

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Photos de scène -
LA CHAUVE SOURIT

Première à Toulouse le Samedi 3 Février 2018
Jauge : 500 à Guichet fermé

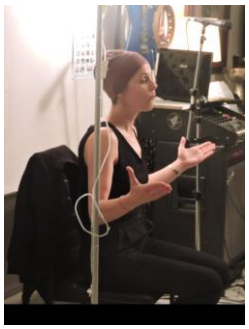
Lien vers vidéo Remerciement du Public !

A Nantes le Samedi 10 Février 2018
Jauge : 300 à guichet fermé

A Annonay le Vendredi 23 Mars 2018
Jauge : 250 à guichet fermé

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Photos de scène -
LA CHAUVE SOURIT



A Plouha les 31 mars et 1er Avril 2018
Jauge : 40 à guichet fermé

A Paris à la Manufacture des Abbesses
les 7 et 14 Juin 2018
Jauge : 120 à guichet fermé

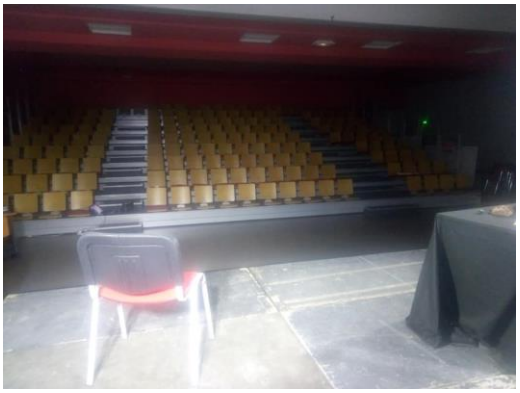
A Paris les jeudi, vendredi, samedi de
Juillet à Octobre 2018
Jauge : 40 places

A Saint Clar le 14 septembre 2018
Jauge : 250 places

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Photos de scène -
LA CHAUVE SOURIT

A Nîmes le vendredi 21 septembre 2018
Jauge : 270 places



A Avignon le samedi 22 septembre 2018
Jauge : 250 places

A Agen le 29 septembre 2018
Jauge : 330 à guichet fermé

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Photos de scène -
LA CHAUVE SOURIT

A Plouha le samedi 6 octobre 2018
Jauge : 250 places

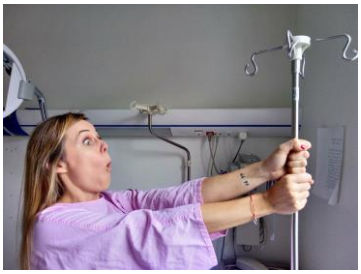
A Castelnaudary le dimanche 7 octobre 2018
Jauge : 300 places

A Joigny le Vendredi 12 Octobre 2018
Jauge : 300 places

Liste des dates suivantes et à venir sur lachauvesourit.com !!!

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

- Autres Photos -



Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

LES CONFERENCES

LES CONFERENCES

L'objectif est de pouvoir INFORMER, SENSIBILISER, éCHANGER, PARTAGER, DéBATRE de manière LUDIQUE et DYNAMIQUE sur différents Sujets, comme la Résilience, par exemple, fil rouge de mon livre !

Je participle ou anime les échanges.

Rdv sur mon site carolineleflour.com pour plus d'informations
ou plus simple encore appelez-moi !

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

LE PARCOURS RESILIENCE & VOUS

- ATELIER TRAMPOLINE –

COMMENT REBONDIR face AUX EPREUVES DE LA VIE ?

Accédez à vos ressources & Vivez une vie plus heureuse !

EN PRESENTIEL & EN DISTANCIEL

La diversité des supports rythme les apports et rend l'approche ludique et dynamique. Les interventions de la PSY, de l'animateur et de la narratrice sont bien dosés ! - Christine S. -

Grande qualité d'animation. Lors de cet atelier ! Merci et bravo ! J'ai passé un très bon moment et j'ai appris beaucoup sur l'art de la Résilience. J'ai pu connecter mes ressources profondes et sublimer mes blessures."
- Paula T. -

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

Résilience & Vous !
Conférences, Ateliers et Spectacle

LE PARCOURS RESILIENCE & VOUS

- ATELIER TRAMPOLINE -

COMMENT REBONDIR face AUX EPREUVES DE LA VIE ?

Accédez à vos ressources & Vivez une vie plus heureuse !

Vous êtes un PARTICULIER ? Vous avez vécu un événement difficile, traumatisant : maladie, deuil, séparation, handicap, maltraitance, burn-out… ?
Ou vous avez, tout simplement, envie de vivre une vie plus heureuse ?

L'atelier TRAMPOLINE a pour but de vous permettre de rebondir face aux épreuves de la vie, de vous accompagner sur votre chemin de résilience, de transformer vos blessures en ressources et sublimer vos cicatrices.

« Cet atelier m'a permis de prendre conscience de mes capacités, de mes ressources insoupçonnées, de reprendre confiance en moi, de cheminer pas à pas. J'ai beaucoup appris sur moi. Merci. »
Marianne G.

BENEFICES : grâce à cet atelier vous pourrez :

- Prendre conscience de vos capacités, de vos talents de résilient(e)
- Contacter vos ressources
- Découvrir les différents leviers de résilience dont vous pouvez disposer
- Développer vos capacités
- Vivre une vie plus heureuse

Méthode & Outils

Vous alternerez entre des mises en pratique individuelles & collectives.

Nous utiliserons différents supports créatifs tel que l'écriture, le dessin…
Vous découvrirez notamment l'art japonais de la résilience le « Kintsugi »
qui consiste à réparer un objet brisé en sublimant ces fêlures avec de la poudre d'or.

Vous repartirez avec des objets totems qui symboliseront vos prises de conscience, votre chemin de résilient(e).

DUREE : de 2 HEURES à 2 JOURS - Durée et devis personnalisé

Approche

L'animation est à la fois douce, dynamique et participative favorisant le partage d'expérience.
Le ton est humoristique.

VOUS ÊTES : PARTICULIER, ENTREPRISE, ASSOCIATION, SERVICE DE SANTE, VILLE
N'hésitez pas à me CONTACTEZ-MOI

Vous êtes une ENTREPRISE, une ASSOCIATION, un SERVICE DE SANTE, une VILLE ?
Cet atelier vous permettra d'ACCOMPAGNER, SOUTENIR vos collaborateurs, adhérents, bénévoles, patients, vos administrés …

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés

COMMENT REBONDIR face AUX EPREUVES DE LA VIE ?

Accédez à vos ressources & Vivez une vie plus heureuse !

Vous êtes UN PARTICULIER ? Découvrez quand a lieu LA PROCHAINE SESSION près de chez vous.

Vous êtes UNE ASSOCIATION, UNE ENTREPRISE, UNE VILLE, UN SERVICE DE SANTE ?
N'hésitez pas à me contacter pour échanger et organiser un atelier pour vos adhérents, bénévoles, collaborateurs, administrés, patients...

POURQUOI MOI ?

Je suis résiliente multirécidiviste : burn out, cancer, infertilité déclarée… J'ai décidé d'adopter un prisme de lecture positif, d'en rire, d'en tirer des leçons et de transmettre mon expérience. Aujourd'hui je suis auteure et interprète de La Chauve SouriT (lachauvesourit.com), one woman show dans lequel je raconte avec humour, authenticité et désinvolture mon combat contre le cancer. La force de ce récit est d'être drôle, poignant, donnant avec légèreté à cette aventure personnelle une dimension universelle. Je suis également **auteure du « Complexe du Trampoline ou comment j'ai rebondi face aux galères de ma vie » à paraître aux éditions Flammarion en février 2021**, un développement existentiel humoristique et thérapeutique, sous forme de guide pratique dans lequel je partage mes trucs & astuces et j'invite pas à pas le lecteur à se questionner sur le sens qu'il souhaite donner à sa vie. Je suis somatothérapeute, une approche qui prend en charge le patient dans sa globalité (psychique, émotionnelle et corporelle).

Riche de ces différentes expériences de résilience et de ces différentes casquettes d'auteure, de comédienne et de thérapeute, il est ensuite devenu évident pour moi de créer le Projet RESILIENCE & VOUS dont je suis la FONDATRICE et l'ANIMATRICE, au travers duquel je propose des actions concrètes afin de vous permettre de découvrir la résilience, de prendre conscience de vos capacités de résilient(e), de vos ressources profondes, de développer vos capacités si vous le souhaitez, d'augmenter votre confiance en vous et de vivre une vie plus heureuse.

POURQUOI CE PROJET ?

Parce que j'aurais aimé moi-même aimé **bénéficier de cet accompagnement** à chaque fois que j'ai eu à rebondir face à une épreuve (maladie, deuil, infertilité…) afin de pouvoir prendre conscience de mes ressources profondes et traverser, surmonter ces événements avec un ancrage fort, un lien fort à mes ressources, à ma capacité de résilient(e). Parce que j'ai soumis ce projet à différents professionnels de santé et de soin et qu'il a été validé et approuvé par tous, par des médecins (généralistes et spécialistes), des associations nationales de patients, par des psychiatres, par des Centres de Ressources/de Soins. Parce que la résilience concerne tout le monde et qu'elle est accessible à tous.

CE PROJET s'articule autour de 3 AXES :

- Le **ONE WOMAN SHOW « La Chauve SouriT » pour SENSIBILISER & DIVERTIR** : vous inspirer d'un témoignage, rire, dédramatiser et libérer la parole…
- La **CONFERENCE RESILIENCE & VOUS ! pour INFORMER & COMPRENDRE** (contenus : sketchs, vidéos, échange, témoignages…) : comprendre la résilience, partager des expériences…
- L'**ATELIER TRAMPOLINE pour vous ACCOMPAGNER** : prendre conscience de vos capacités, être accompagner sur votre chemin de résilience, transformer vos blessures en ressources, sublimer vos cicatrices, augmenter votre confiance en vous.

Toutes les informations et contact sont disponibles sur carolineleflour.com

Contact : carolineleflour@yahoo.fr - 06.83.89.66.20 - https://www.carolineleflour.com/
www.facebook.com/leflourcaroline - https://www.instagram.com/caroline_le_flour/
One Woman Show La Chauve SouriT : lachauvesourit.com - www.facebook.com/lachauvesourit/
Dépôt SACD 000189107 et SACD 000244274 - Tous droits réservés