

*Communiqué de presse*

**« PREMIÈRES LUNES »  
DE MÉLANIE MELOT :**

**UN PROJET DE FILM DOCUMENTAIRE  
ETHNOGRAPHIQUE SUR LA FÉMINITÉ  
ET LA CÉLÉBRATION DES PREMIÈRES  
RÈGLES DANS LE MONDE**





*Lors des premières règles, tout autour de la planète se déroule des instants sacrés. Une enfant deviendra femme, honorée lors de cérémonies et rites d'un côté à l'autre du monde.*

*Femme cyclique, comme les phases de la Lune qui guide notre terre-mère. Femme féconde portant les semences de la descendance.*

*Devenir femme, avant de devenir mère.*

*Sons, odeurs, couleurs, sensations contrastées d'une culture à une autre pour un voyage des sens sur l'importance de ce passage si grand pour une enfant.*

Photographe pour les femmes depuis 12 ans, **Mélanie Melot** a à cœur de partager la beauté des cycles féminins et de mettre en évidence leur dimension sacrée.

Avec "**Premières Lunes**", elle veut redonner, grâce à un film documentaire ultra-poétique, toute la signification profonde à ce moment si particulier et pourtant banalisé qu'est l'apparition des premières règles.

Aujourd'hui, pour finaliser ce projet en cours d'écriture et de réalisation, elle recherche des contacts, des financements et des producteurs. En parallèle, Mélanie a lancé une [campagne de crowdfunding sur Ulule](#).

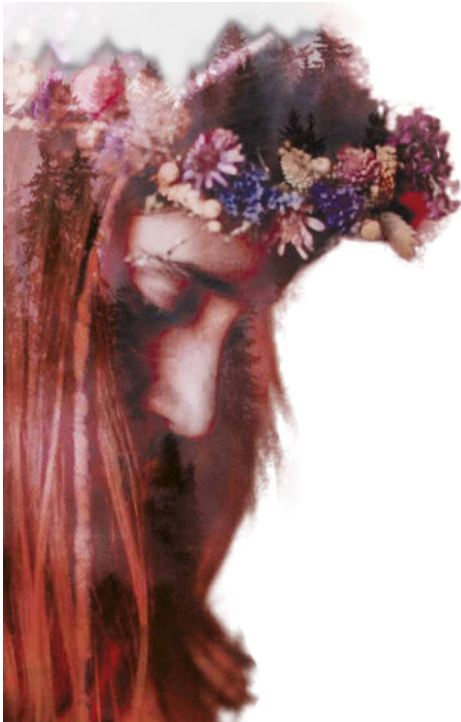


# LA BEAUTÉ DES RITUELS ORGANISÉS TOUT AUTOUR DU MONDE

Les rituels nous permettent de faire une pause et de vivre en conscience les grandes étapes de notre vie. L'enfance qui s'échappe pour laisser place à la féminité en est une.

Pour Mélanie Melot, elle mérite d'être valorisée et célébrée. Alors, avec sa caméra à l'épaule, elle part observer l'apparition des règles et les rituels qui l'entourent tout autour du monde.

Au **Mali**, des grands-mères africaines leur transmettent l'usage des plantes et les ablutions nécessaires pendant les menstruations. Les jeunes femmes touaregs sont célébrées, parées, intégrées dans la communauté des femmes.



En **Arizona**, chez les Apaches Navajos, une fête de 4 jours avec tout le clan célèbre l'arrivée à l'âge adulte d'une jeune fille qui a ses premières règles. Des tambours et des danses viennent sans interruption rythmer le passage sacré à la féminité.

En **Occident**, un mouvement de féminité sacrée né du druidisme et inspiré de l'Amérique du Sud réunit les jeunes femmes dans des cérémonies de passage par le biais de l'organisation de tentes rouges. Rose, l'enfant de Mélanie devenue femme, sera initiée à cette quête de l'altérité à laquelle elles se livrent toutes les deux à travers la création de ce documentaire ethnographique.

« Je souhaite que les femmes puissent, dès leurs premières menstruations, vivre pleinement leurs cycles, en conscience. Les rituels pratiqués partout dans le monde nous montrent la voie. C'est la raison pour laquelle je choisis de les porter sur grand écran. J'utilise le langage cinématographique pour inviter les femmes et les hommes à nourrir leur lien avec leur environnement et avec la Terre. »

Mélanie



Le film ouvre des portes, invite à un autre regard et apporte des pistes de réflexion face aux nombreuses questions qui jaillissent : Comment pouvons-nous intégrer ce retour au sacré à notre vie moderne ? Comment consacrer du temps à nos filles en exerçant des professions très prenantes ? Un retour en arrière serait-il nécessaire ? Comment attirer l'attention sur les cycles féminins et les faire valoir ?

## UN FILM SENSIBLE ET POÉTIQUE QUI ABORDE DIFFÉRENTES THÉMATIQUES

Notre monde actuel ressent un intense besoin de se reconnecter à la sacralité dans notre relation au temps, au rythme et à la consommation. Une féminité naturalisée et célébrée permet aux femmes de profiter de leurs cycles en toute conscience.

La crise sanitaire actuelle a véritablement suscité ce sentiment de tout être humain à intérioriser et à apprécier de vivre autrement sa relation au temps qui file.

Premières Lunes est pensé comme un **moteur d'inspiration humaine** pour revenir au sacré afin de donner un sens profond et significatif à l'arrivée des premières règles, perçues comme un événement banal dans la vie moderne.



« J'effectue des recherches anthropologiques pendant l'écriture du film documentaire, pour cibler les différents processus et célébrations des jeunes filles que je suis susceptible de filmer dans le monde entier. »

Mélanie



Plusieurs thèmes sont ainsi abordés :

- **Devenir femme** : les premières règles qui apparaissent ; un statut qui change ; l'intégration des jeunes filles ;
- **Une quête de sacré dans la féminité occidentale** : les femmes souhaitent être présentes à leur cycle ; vivre pleinement chaque passage ; se connecter au monde qui nous entoure ;
- **Des cultures pour célébrer la femme** : des cultures qui célèbrent les règles ; cosmologies autochtones inspirantes ; matérialiser les inspirations d'ailleurs dans nos vies.

## UNE INVITATION À RESPECTER LA DIMENSION CYCLIQUE DE LA FEMME

En mettant en lumière **les pratiques de peuples aux cultures différentes**, Mélanie montre, par contraste, le manque de présence et de sacré dans nos vies qu'elle ressent intensément en tant que femme occidentale.

Pour partager et éveiller les consciences, elle choisit de valoriser la beauté de la planète plutôt que la diffusion d'informations inquiétantes et anxiogènes, trop présentes dans nos sociétés modernes.

Elle montre aussi à quel point la dimension cyclique de la femme est aujourd'hui très peu respectée et prise en compte que ce soit par les femmes elles-mêmes (emportées par le rythme effréné du quotidien) ou par leurs compagnons, familles, patrons...

Un exemple éloquent : les publicités pour les protections hygiéniques, qui incitent les femmes à ne surtout pas ralentir la cadence, même en période de saignements. Leurs énergies ne sont pourtant pas linéaires !

Autre exemple de cette pression sociétale constante qui aboutit à faire des choix contre-nature : confier nos bébés à un tiers, après seulement deux mois et demi passés avec eux et alors qu'ils n'ont besoin que de nous.



## A PROPOS DE MÉLANIE MELOT, PHOTOGRAPHE SPÉCIALISÉE DANS LA FÉMINITÉ

Mélanie, 35 ans, est photographe du féminin depuis douze ans et passionnée par les peuples autochtones, depuis toujours fascinée par leur simplicité.

Leurs cosmologies imprègnent son quotidien ; elle dévore les livres d'anthropologie. Leur rapport au temps et au sacré la passionne et elle s'efforce de l'intégrer dans sa vie de femme créative. Même si le modernisme a gagné leurs frontières, leur culture ne s'éteint pas et ils continuent à se réunir en communauté et à transmettre leurs traditions.

Actuellement étudiante en Licence d'ethnologie/anthropologie, elle a donc décidé de leur consacrer un projet de série de longs métrages ethnographiques (règles, grossesses, naissances, ménopauses).



« Partager la lumière, montrer ce qui est beau, voilà la mission, assurément utopique, que je me suis donnée. Je veux sensibiliser le public, l'inviter à apprécier la lenteur et à contempler la beauté des cycles de la vie. »

Mélanie





## DES CHOIX DE VIE ATYPIQUES POUR MIEUX ÊTRE EN ACCORD AVEC SOI

Maman de trois enfants qui ne vont pas à l'école, Mélanie a accouché à la maison et elle essaie de se rendre toujours plus libre des conditionnements de notre société.

Elle a d'ailleurs le sentiment d'avoir vécu plusieurs vies avec un début très mouvementé : de l'enfance à sa première maternité, elle a couru après le temps pour avoir un niveau de vie confortable.

Pourtant, dès le plus jeune âge, sa soif de découverte l'incite à se rapprocher toujours plus des éléments de la nature. Elle ne se sent vraiment pas à sa place dans cette vie conventionnelle et ne souhaite pas se conformer aux normes et aux attentes de la société.

Son rêve : vivre en forêt, au contact des animaux, comme une "Indienne". Malgré cela, par manque de considération extérieure, elle sombre dans le conformisme féminin et prend en charge l'organisation familiale, au carré, comme à l'armée.

Elle découvre pourtant le chemin de la liberté grâce à une enfant lumineuse : à l'âge de quatre ans, sa fille lui demande pourquoi tout va si vite dans leur vie et lui dit, avec ses mots à elle, qu'elle ne peut plus supporter cela. Elle vit une sorte de burn-out, si petite... Les horaires cadrés, les cris de la cantine, tout cela ne lui correspond pas.

Pour Mélanie, ce moment est un déclic qui amène une vraie prise de conscience. Elle réalise que leur vie manque de souffle, que sa féminité et sa maternité ont perdu le plus précieux : la conscience de l'instant, la véritable présence au monde.

Avec sa famille, elle prend alors la décision de balayer son quotidien et de tout quitter pour rejoindre le département des Landes. Ils vivent désormais dans un havre de paix, au cœur de la nature et au prix d'un studio dans leur ancienne région.

## POUR EN SAVOIR PLUS

La campagne du Ulule : <https://fr.ulule.com/film-premier-lunes/>

Dossier de presse : <https://www.relations-publiques.pro/wp-content/uploads/pros/20200901122831-p2-document-nwfv.pdf>

Le projet détaillé : <https://www.relations-publiques.pro/wp-content/uploads/pros/20200901122831-p3-document-cvuz.pdf>

Site web du film : <https://premierlunes.fr/>

[f](https://www.facebook.com/premierlunes) <https://www.facebook.com/premierlunes>

[i](https://www.instagram.com/premierlunes_film/) [https://www.instagram.com/premierlunes\\_film/](https://www.instagram.com/premierlunes_film/)

Site web Mélanie Melot : <https://www.melaniemelot.fr/>

## CONTACT PRESSE

Mélanie Melot

E-mail : [melotmelanie@icloud.com](mailto:melotmelanie@icloud.com)

Tel : 06 50 70 43 72