

Melocoton et Neuf Neuf Films présentent

DANS MON VENTRE

une part de folie ?

Un documentaire écrit et réalisé par Joséphine Jourdan

DOSSIER DE PRESSE

CONTACT PRODUCTION

Théo Laboulandine
theo@melocotonfilms.com
+33 6 58 45 29 92
10-12 avenue Rachel
75018 Paris

france.tvslash

Pitch

Les préjugés continuent de façonner notre regard sur le corps et la santé des femmes. Joséphine Jourdan mène le combat pour faire reconnaître le TDPM, dont elle souffre et remonte le fil d'une histoire médicale marquée par les silences et les méconnaissances.

Synopsis

Joséphine Jourdan est réalisatrice et autrice. Depuis ses premières règles, elle souffre chaque mois, passant par des états de détresse psychologique sévères et dangereux.

L'année de ses 26 ans, elle fait le lien entre ses souffrances et son cycle menstruel pour la première fois. Elle découvre alors qu'elle est atteinte du Trouble Dysphorique Prémenstruel, un mal encore peu connu qui toucherait au moins 8% des femmes menstruées.

Elle n'en n'avait jamais entendu parler avant sa découverte, et les médecins qu'elle a rencontrés pendant toutes ces années n'ont jamais fait le rapprochement.

Commence alors une quête majeure pour connaître et faire reconnaître cette pathologie. Elle rencontre des femmes qui, comme elle, vivent avec le TDPM ; chacune connaît l'errance médicale, les mauvais diagnostics, les traitements inadaptés. Elles font ainsi le difficile constat du manque d'écoute et du manque de prise en charge liés à la condition féminine.

Cette enquête met au jour ce trouble si particulier dont on ne connaît encore presque rien, et pose un regard éclairé sur les lacunes d'un système où la femme est, depuis toujours, mise de côté.



Le Trouble Dysphorique Prémenstruel, qu'est-ce que c'est ?

Le trouble dysphorique prémenstruel (TDPM) est une forme sévère du syndrome prémenstruel (SPM) qui se caractérise par des troubles de l'humeur tels que la colère, l'anxiété, la perte d'envie et divers symptômes physiques au cours de la phase lutéale (c'est-à-dire environ 10 jours avant les règles) qui s'atténuent voir disparaissent la semaine des règles.

Les symptômes peuvent être assez graves, comme une dépression majeure qui revient à chaque cycle allant jusqu'à l'envie de mettre fin à ses jours.

Différences avec le SPM :

Les sautes d'humeur sont plus importantes, avec une tristesse ou une dépression sévère.

Les symptômes du TDPM :

- Irritabilité ou colère importante
- Augmentation significative de l'anxiété ou de la tension

Des changements physiques tels que :

- Le **sommeil** : Changements dans le rythme du sommeil (augmentation ou diminution)
- L'**appétit** : Suralimentation ou fringales.
- L'**énergie** : Baisse considérable de l'énergie
- **Poids** : prise de poids ou sensation de ballonnements.
- Sensibilité ou gonflement des seins
- Douleurs articulaires et/ou musculaires

Les symptômes du TDPM sont si graves qu'ils empêchent de mener ses activités habituelles à l'école, à la maison ou au travail.

Le TDPM est fréquent : **environ 8 % des femmes en souffrent**. Et pourtant, les causes exactes ne sont pas connues et les solutions de soulagements sont encore insuffisantes.

Les changements dans les niveaux d'hormones jouent un rôle clé.

Dans la semaine précédant les règles, les niveaux d'œstrogène et de progestérone baissent, ce qui affecte les neurotransmetteurs dans le cerveau.

Le risque de souffrir d'un TDPM est plus élevé chez les personnes qui ont subi un stress ou un traumatisme dans leur vie, comme de la négligence ou des abus.

La réalisatrice



Joséphine Jourdan est auteure, réalisatrice et productrice.

Que ce soit dans le documentaire ou la fiction, Joséphine s'intéresse à l'attention que l'on accorde à la parole des femmes dans notre société et s'engage dans son travail à la replacer au centre du récit.

En 2020, elle initie un vaste travail artistique et documentaire autour du ventre féminin et de la santé mentale des femmes, un projet qui émerge sur les réseaux sociaux et qui sera nourri par des milliers de témoignages.

De cette recherche au long cours naît *Dans mon ventre, une part de folie ?*, le tout premier documentaire français consacré au trouble dysphorique prémenstruel (TDPM).

En 2022, elle intègre la Fémis où elle y développera son premier long-métrage autour de la transmission et le besoin de réparation.

[@josephine.jourdan](https://www.instagram.com/josephine.jourdan)

[@dans.monventre](https://www.instagram.com/dans.monventre)

Le mot de la réalisatrice

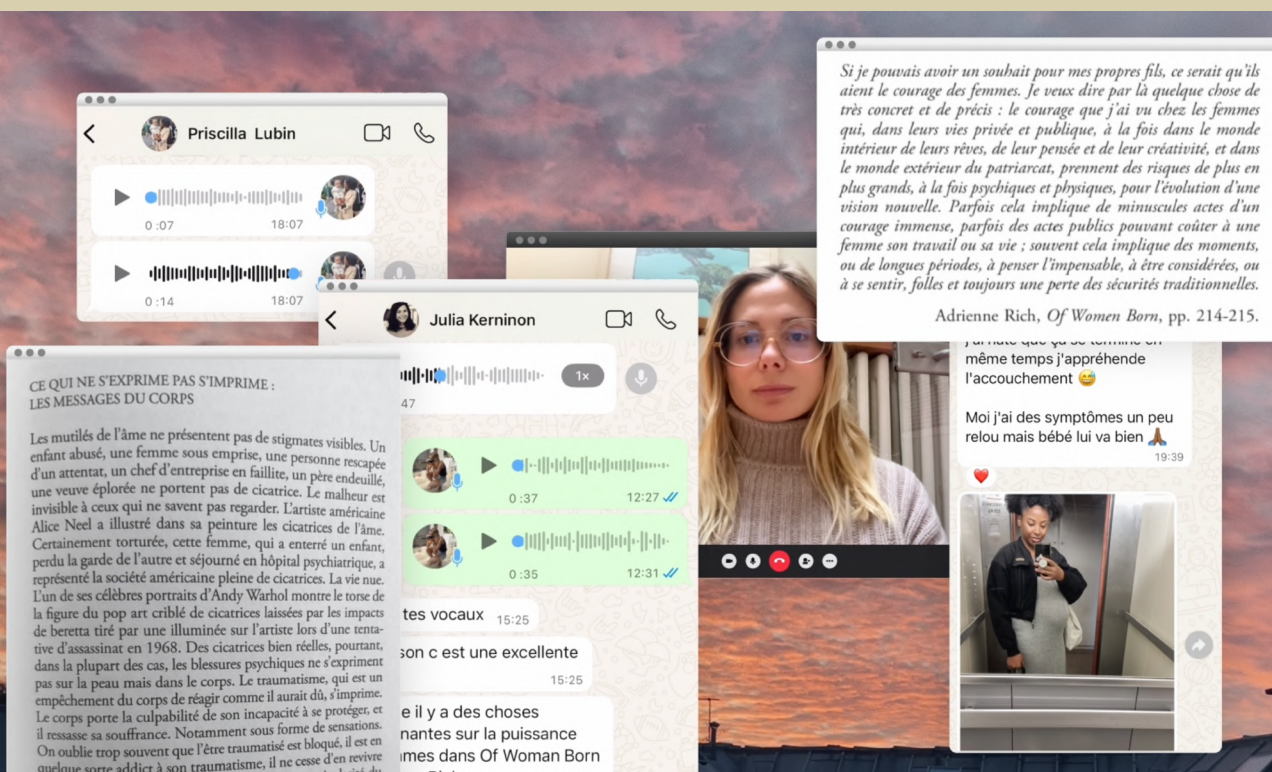
« *La genèse* »

Pendant des années, j'ai souffert en silence, déstabilisée par des symptômes qui me semblaient incontrôlables. J'ai cherché des réponses et je me suis confrontée à ma propre incompréhension, à celle des médecins et à celle de mes proches. Mon projet est né de ce besoin de mettre des mots sur une souffrance que tant de femmes partagent, mais que peu osent évoquer par manque d'écoute et de prise en compte.

Confrontée à l'errance médicale, je réalise l'urgence et la nécessité de s'emparer du sujet. Pendant de nombreux mois, je développe un projet communautaire qui vit sur Instagram et dans des groupes de discussion, grâce à toutes celles et ceux qui partagent leur expérience. C'est ainsi que naît la page instagram [@dans.monventre](#).

Au-delà d'un film, « dans mon ventre » est un engagement.

En France, une femme sur six a déjà renoncé aux soins en raison du manque de gynécologues et d'informations sur les protocoles de traitement. Dans le monde, des millions de femmes vivent chaque mois un bouleversement physique et émotionnel lié à leur cycle menstruel. Pour certaines, cette souffrance devient si intense qu'elle envahit leur quotidien, jusqu'à remettre en question leur rapport à elles-mêmes. Pourtant, ces expériences restent largement méconnues et entourées de nombreux tabous.





Dans mon ventre, une part de folie ? est né de cette réalité.

Cette quête intime s'est progressivement transformée en une enquête collective. Au fil de trois années de recherches, de rencontres et de témoignages, j'ai découvert que derrière le trouble dysphorique prémenstruel se dessinait une histoire plus vaste : celle de la manière dont les femmes apprennent à vivre avec des douleurs souvent tues, incomprises ou banalisées. Le film ne cherche pas seulement à documenter un trouble encore peu connu. Il interroge notre rapport au corps féminin, à la santé et aux récits qui les façonnent. En partant de cinq parcours de femmes, dont le mien, il explore la mémoire inscrite dans nos ventres : les peurs, les héritages, les injonctions, mais aussi la force et la solidarité qui naissent lorsque la parole circule enfin.

Ensemble, nous constatons que notre ventre a fait l'objet de tous les fantasmes et de toutes les ignorances. Il apparaît aujourd'hui comme le point central d'une culture de la souffrance et du déni. Chacune d'entre nous a dû, à un moment ou à un autre, se convaincre elle-même de la légitimité de sa douleur, alors que la médecine, la société, et parfois même ses proches, lui en refusaient la reconnaissance.

Dans mon ventre, une part de folie ? transforme une expérience intime en une réflexion collective. Cette enquête devient un espace de compréhension, de transmission et d'espoir.

La prise en charge de la santé des femmes avancera seulement si on les écoute vraiment. En parlant du TDPM nous levons le voile sur la défaillance de tout un système de soins.

Intervenant·es



Hélène Marais-Thomas

Docteure en psychologie, psychologue clinicienne et psychothérapeute

Autrice d'une thèse sur le Trouble Dysphorique Prémenstruel : élaboration et étude d'efficacité d'une psychothérapie cognitive et comportementale



Lucie Joly et Hugo Bottemanne

Lucie Joly est psychiatre spécialisée en psychiatrie périnatale à l'hôpital Saint-Antoine

Hugo Bottemanne est psychiatre à l'hôpital Bicêtre et chercheur dans l'équipe Mood de l'Université Paris-Saclay

Auteur·ices du livre *La dépression au féminin, Démystifier, comprendre, guérir* (2024, Éditions Du Rocher)



Nahema Hanafi

Historienne, maîtresse de conférences en histoire moderne et contemporaine à l'université d'Angers. Elle s'intéresse à l'histoire des pratiques épistolaires et aux récits de soi, à l'histoire de la médecine, à la place des femmes et aux études de genre

Témoins



Priscilla Lubin

Créatrice de la page [@TDPMetmoi](#)



Pauline Huriet

Comédienne



Sacha De Zalta

Étudiante



Amandine Barry

Présidente de l'association [TDPM France](#)



Julia Kerninon

Autrice



Sarah Rodrigue

Autrice du livre *Maudites hormones*,
(2021 - Éditions Prisma)



Marine Buffard, illustratrice

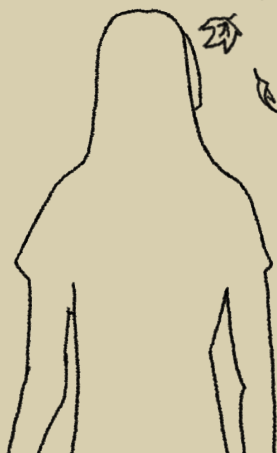
J'ai rencontré Joséphine assez tôt dans le développement du film et ai eu la chance de suivre le projet à travers plusieurs étapes de sa construction.

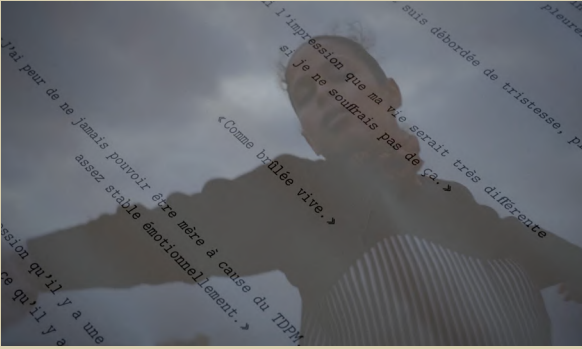
Le regard de Joséphine, à la fois tendre et personnel, sur l'errance médicale, la banalisation de symptômes encore trop souvent ignorés, et l'indifférence de la médecine vis à vis de la souffrance des femmes m'ont beaucoup parlé.

Ma place dans le projet était particulière : présente dès son développement, mon intervention est arrivée pourtant presque à la fin, une fois le montage image achevé. Il s'agissait donc de travailler à partir d'un film qui possédait déjà son rythme et son langage, et de chercher comment le dessin pouvait l'augmenter sans le dénaturer. Dessiner sur les images sans les recouvrir.

Le dessin permettait de **rendre visible ce qui ne l'est pas** : matérialiser la douleur, les sensations et certaines expériences difficiles à représenter par la seule prise de vues. À travers une ligne claire et minimale (une économie souhaitée tant pour une question de clarté qu'afin de trouver un équilibre avec les prises de vues réelles), des métaphores dessinées viennent ainsi accompagner le déroulement du film, prolonger les images et donner une forme à ce qui, autrement, resterait intérieur. J'ai également animé certains souvenirs et développé un habillage inspiré en partie de mes journaux intimes numériques, reprenant les codes des interfaces qui occupent désormais une place importante dans nos intimités digitalisées. Je trouve qu'elles représentent bien nos cheminements : nos recherches, échanges, enquêtes menées depuis nos smartphones et les multiples espaces qu'ils contiennent.

Après l'avoir accompagné dans sa fabrication, j'ai maintenant hâte de redécouvrir le film achevé et de le voir commencer sa propre vie.





Melocoton

Elle a été créée par Théo Laboulandine et Hélène Mitjavile en 2011, développant des projets audacieux qui s'intéressent à des problématiques sociétales, aussi bien en fiction qu'en documentaire. Renouvelant les dispositifs, jouant avec les frontières des genres, Melocoton produit des films qui s'affranchissent d'une vision du monde patriarcale et hétéronormée. *Ceux qui rougissent* sorti en 2024 et lauréat du prix de la Meilleure série à Series Mania la même année en est le parfait exemple.

Avec France TV Slash, c'est une relation de travail qui s'est construite autour de 8 productions documentaires depuis 2016. De l'IVG à la commission d'office, ces collaborations sont résolument engagées et inscrites dans leur monde contemporain.

En 2026, Melocoton sort ses deux premiers long-métrages au cinéma : *Pour Klarà*, un thriller haletant autour de la famille, des mensonges et de l'adolescence ; et *Précieuse(s)*, un documentaire réhabilitant ces premières féministes du XVII^e siècle, injustement oubliées.

2027 marquera la sortie de *Chercheurs*, long-métrage de fiction réalisé par Aurélien Peilloux et coproduit avec Delante.

En parallèle, Melocoton continue de développer des projets ambitieux comme une série documentaire historique sur l'abolition des privilèges diffusée en prime pour France Télévisions, un long-métrage documentaire sur l'addiction et la résilience et d'autres nombreuses réalisations audiovisuelles et cinématographiques.

Melocoton est membre actif du Syndicat des Producteurs Indépendants, d'Unifrance, de PXN – Producteurs d'Expériences Numériques et du Collectif 50/50.

Neuf Neuf Films

Neuf Neuf Films naît en 2024 de l'association de Joséphine Jourdan, autrice et réalisatrice, et Hugo Diaz, producteur, aux énergies et parcours aussi divers que complémentaires. La société produit des documentaires, des films et des séries, et porte une attention particulière à l'accompagnement de jeunes auteurs et autrices et aux relations construites avec eux dans la durée.

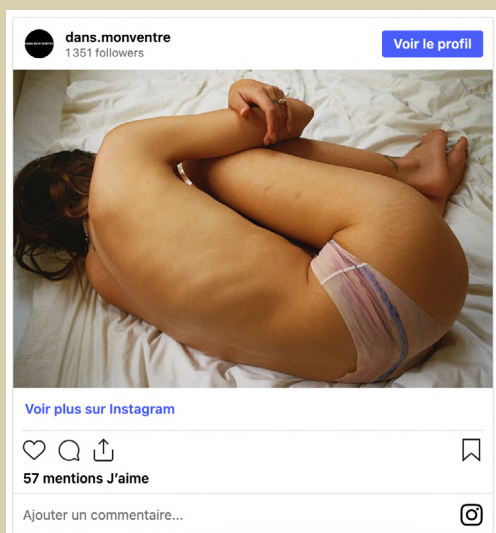
Après *Dans mon ventre*, leur premier documentaire, Neuf Neuf Films développe aujourd'hui le premier long-métrage de Shaden Safieddine Tazi, l'adaptation du roman éponyme *La Poule et son cumini*, le troisième long métrage du duo FGKO, ainsi qu'une série avec l'autrice Charlotte de Givry.

On en parle

[GRAZIA - “Tu perds le contrôle de toi-même” : qu’est-ce que le trouble dysphorique prémenstruel, cette maladie taboue ?](#)

[ELLE - « Mon cœur est lourd, j’ai du mal à vivre » : l’enfer du trouble dysphorique prémenstruel](#)

[LE PARISIEN - Dans la tête de Joséphine, atteinte du trouble dysphorique prémenstruel : « C’est incontrôlable »](#)



[PERIOD STUDIO](#)



[PARTAGES MEDIA](#)

Spécifications techniques

Genre

Documentaire

Durée

45 minutes

Écriture et réalisation

Joséphine Jourdan

Écriture voix-off

Joséphine Jourdan et Anne-Claire Jaulin

Production

Théo Laboulandine, Joséphine Jourdan, Hugo Diaz et Hélène Mitjavile

Cheffe opératrice

Evgenia Alexandrova

Ingénieur du son

Ari Cuffini-Fabre

Cheffes monteuses

Flora Alfonsi - Suzanne Van Boxsom

Animations

Marine Buffard

Studio Donc Voilà Productions

Musique originale

Célyne Baudino

22D Music

Avec la participation de France TV Slash

Avec le soutien du CNC - Centre National du Cinéma et de l'Image Animée,

Avec le soutien de la Procirep et de l'Angoa

Contact presse

Lou Robert

lou@melocotonfilms.com

+33 7 81 04 09 98