

VRAIVRAI FILMS & LYON CAPITALE TV PRÉSENTENT

# FRÉQUENCE JULIE

un film de  
Mia Ma



Écriture, Réalisation, Image : Mia Ma - Montage : Jeanne Oberson - Son & Mixage : Ivan Broussegoutte - Etalonnage : Lucie Bruneteau - Production : Florent Coulon  
Une coproduction Vrai Vrai Films & Lyon Capitale TV avec la participation de TV7 Bordeaux, Fonds Images de la Diversité - Agence Nationale de la Cohésion des territoires, Centre National du Cinéma et de l'Image Animée. Avec le soutien de la PROCIREP - Société des producteurs et de l'ANGOÀ, Département de la Charente-Maritime et Région Nouvelle-Aquitaine en partenariat avec le CNC, Scam - Brouillon d'un rêve.



# FRÉQUENCE JULIE

Un film de Mia Ma

Documentaire, 78', 2021, France  
HD 16/9 – DCP – Couleur  
VO Français, version sous titrée Anglais / Français

CYCLE DE PROJECTION  
AUTOMNE 2022 -HIVER 2023

LIENS VERS [VISUELS](#), [EXTRAITS](#) &  
[BANDE-ANNONCE](#)

**Distribution et partenariats**  
**VraiVrai Films**

Emmanuel Précourt Senécal  
TÉL : 07 66 36 54 16  
emmanuel@vraivrai-films.fr

*« Bonjour, je m'appelle Julie et je suis  
schizophrène ».*

*Avant c'était presque ma carte de visite. Tu te souviens ?  
Je le disais presque avant de dire bonjour.*

*Maintenant je veux plus ça.*

*C'est fini.*

*Je veux plus que ça me définisse d'abord.*

*Je suis Julie c'est tout. »*



## SYNOPSIS

Un jour, Julie a entendu des voix qui la menaçaient. Des médecins lui ont fait des électrochocs, des marabouts ont tenté de l'exorciser, elle a avalé plein de médicaments, bu tout un tas de potions, passé des jours à l'hôpital et de longues heures enfermée chez elle à tenter d'oublier le passé et d'imaginer l'avenir.

Administrativement parlant, elle est depuis sa première hospitalisation une handicapée à 80%. A mes yeux, elle est une amie précieuse, une âme sensible, une résistante qui a décidé qu'elle ne ferait pas « une carrière de victime ». Depuis cinq ans, je la filme. Ensemble, nous plongeons dans son passé et nous y découvrons l'histoire d'une héroïne.

## DISTINCTIONS ET SÉLECTIONS FESTIVAL

**Première française - Écrans documentaires d'Arcueil, 2021**

Prix des Écrans

Mention spéciale du jury des lycéens

**Première internationale - Sheffield Doc Fest (R-U), 2022**

Mention spéciale dans la catégorie Premier long métrage

**Festival Psy de Lorquin, 2022**

**DokuBaku International Documentary Film Festival (Azerbaïdjan), 2022**

**Festival Belle la différence de Bressuire, 2022**

*Fréquence Julie* n'est pas commencé depuis une minute qu'on sait que la rencontre sera marquante. Cette femme - perche à la main et écouteurs aux oreilles - qui nous fait visiter les bruits de son appartement, prêter l'oreille aux voix qui l'accompagnent depuis ses 23 ans, on ne la connaît pas encore. Mais on a envie de la suivre, de découvrir qui elle est.

Ce sentiment, on le doit à la présence singulière de Julie, mais tout autant à la réalisatrice, Mia Ma, et à la force de leur amitié qui transparait instantanément à la caméra. Accueilli dans cette intimité, on ne peut alors que se mettre à l'écoute, à la recherche de cette fréquence particulière où Julie évolue et où elle nous invite. Les images s'échelonnent sur 5 ans. On y découvre une Julie épuisée à la fois engourdie par les antipsychotiques et assiégée par ses voix. Nous cheminons avec elle alors qu'elle reprend pied dans l'existence, et nous confrontons avec elle à son histoire.

*Fréquence Julie* est un film sur une renaissance, une singulière quête de normalité au-delà de la schizophrénie et en dépit des violences du passé. C'est aussi un film sur l'amour, celui entre deux amies réunies de part et d'autre d'une caméra, celui des proches, au-delà de la souffrance, et celui de Julie, amour retrouvé pour le futur, et pour la vie.



# MOT DE LA RÉALISATRICE

Ce film est né d'une inquiétude qui me rongait pour une amie qui allait mal. Je me suis laissée porter par mon désir de réalisatrice de la filmer comme je la voyais moi : c'est-à-dire comme une star. Amitié, inquiétude et désir de sublimation ont travaillé ensemble. A l'intérieur de cette triangulation, il y avait une nécessité qui émanait de Julie, et que l'intimité entre elle et moi m'a permis de déchiffrer : celle de raconter son histoire. Cette nécessité débordait en fait sur moi depuis longtemps. Mon seul pouvoir était celui de l'amitié et celui de savoir me servir d'une caméra. Je m'en suis emparée, en restant sur un fil tendu entre ma place d'amie et celle de réalisatrice tout au long du processus filmique.

Tout au long de la création, j'ai senti comme une responsabilité de protéger la dignité de mon amie, de la montrer -même lorsqu'elle était la plus vulnérable- comme je la vois, une force de la nature et l'héroïne de son histoire. La question de la réception du film par Julie a toujours été primordiale. En même temps, j'avais la conviction qu'en me posant des questions de cinéma et uniquement de cinéma (et donc d'éthique), le film ne pourrait jamais fragiliser Julie, mais qu'au contraire il pourrait lui donner de la force. A posteriori, je pense avoir eu raison de ne pas chercher à dissocier mes questions de réalisatrice et mes états d'âme d'amie, car le film trouve sa justesse au point exact de leurs jonctions.

On me pose parfois cette question : « pensez-vous que le film a joué un rôle thérapeutique pour Julie? » C'est une question à laquelle je ne sais pas vraiment répondre. Mais je la trouve intéressante parce qu'elle me fait réfléchir à ce qui fait la singularité de ce film, qui n'est pas un film d'art-thérapie mais un documentaire de cinéma qui s'adresse à tous, schizophrène ou non, enfant d'immigré ou non, et surtout un film qui confère à l'amitié une dimension politique.



# FILMER LA MALADIE POUR MIEUX LA DÉPASSER

Elle avait 23 ans. Elle pensait qu'elle était recherchée, qu'on lui avait introduit une puce électronique dans le corps, que toute la maison où elle séjournait était sur écoute.

Du jour au lendemain : entendre des voix, se sentir suivie, aller à l'hôpital, prendre des médicaments, des médicaments, des médicaments...

En perdre la santé, prendre du poids, dormir beaucoup, manger beaucoup, fumer beaucoup, oublier les mots, oublier les rendez-vous, ne plus travailler, dépérir.

Quand Mia Ma décide de filmer Julie, cette dernière est au plus bas. **La caméra devient prétexte pour ne pas se perdre.** Elle capte les rencontres qui prennent peu à peu la forme d'un journal de rétablissement.

Car Julie se relève. Avec l'aide de ses proches, elle trouve la force d'affronter la schizophrénie, mais aussi les démons de son passé. Accompagnée par la réalisatrice, elle entame une exploration de son parcours, presque une archéologie de son mal.

**« Moi mon combat c'était d'aller mieux. Mais une fois que tu vas mieux, l'étape d'après c'est quoi ? Bah t'es perdu. »** - Julie,

*Fréquence Julie* prend le parti d'écouter la personne derrière, de raconter son histoire particulière, sa force singulière, et son rapport à la maladie.

Ce faisant, il offre un regard novateur sur les troubles psychiques et invite à prendre en compte les points de vue des malades, rarement entendus et considérés dans l'espace public.

**« Tout au long du film, j'ajuste mon écoute à son égard, comme si je tournais minutieusement le bouton du transistor pour ne pas perdre la juste fréquence qui me relie à elle, noyée dans la cacophonie de la radio du monde. »**

Mia Ma

Parisienne, dakaroise, élevée à la Porte de Saint-Ouen, mais aussi à l'aise au coeur du 16e arrondissement, élevé au catéchisme dans sa famille d'accueil et observant le ramadan avec sa mère, **Julie traverse la société et la reflète à nous même.** Elle peut se lier d'amitié dans un dîner guindé comme à la cantine de l'hôpital psychiatrique. Elle se plaît d'ailleurs à souligner la porosité de la frontière entre les normaux et les malades, en répétant que ce que nous avons tous en commun, c'est d'avoir nos hauts et nos bas.

Julie n'est pas que malade de sa schizophrénie, elle est malade de toutes ces strates qui s'enchevêtrent de manière complexe : l'immigration de sa mère, un contexte familial compliqué, une vie marquée par le trauma.

**« En voulant une vie « comme tout le monde », elle va à contre-courant de tout le monde. Elle aspire à la normalité, mais sa manière d'y aspirer est totalement hors-norme. Et ça c'est génial. C'est Julie. »** - Mia Ma

Grâce au cinéma, l'intime devient politique. **Moins pour libérer la parole que notre écoute collective.** Libérer l'écoute pour rendre possible une guérison que ni les médicaments ni les électrochocs n'ont permis. À travers Julie, le film fait de cette écoute, de cette attention aux autres, un outil de soin collectif.

## ILS ET ELLES EN DISENT...

«Ce documentaire d'observation magnifiquement conçu offre un aperçu extraordinaire de l'expérience d'une femme vivant avec la schizophrénie. Grâce à son approche sensible et à la collaboration authentique entre le cinéaste et le personnage, Fréquence Julie ouvre de nouvelles voies pour briser les stéréotypes sur la maladie mentale en créant un portrait nuancé, brut et tendre de Julie.»

**Jury du Sheffield Doc Fest -Mention spéciale premier long métrage-**

«Nous saluons la pudeur de ce film, sa générosité, la qualité de la relation entre la réalisatrice et son personnage et l'espoir qu'il porte.»

**Jury des Écrans documentaires d'Arcueil -Prix des écrans documentaires**

«Un film unique et sans pareil qui demeure longtemps dans le coeur du spectateur.»

**Raul Niño Zambrano - Directeur de la programmation du Sheffield Doc Fest**

« Au fil de ce documentaire, Mia Ma abonde en plans serrés sur Julie qui se révèle une actrice de talent. Face à la caméra, outrageusement séditée, Julie ose se montrer, grosse par les neuroleptiques, fumant clopes sur clopes, triste et dépitée par une situation qu'elle supporte mal... Puis d'un coup, une grimace elle nous fait les gros yeux, elle nous fait rire ! Un moment de grâce ! »

**Bénédicte Chenu - Du collectif Schizophrénies**

« Ce film nous fait traverser six années d'une relation d'amitié vibrante et incarnée. Six années qui témoignent de la volonté farouche de Julie à mener une existence heureuse et épanouie malgré les difficultés et du rôle essentiel de son entourage dans son formidable parcours de vie et de rétablissement. Une oeuvre sensible et profonde qui touche à l'Universel. »

**Fondation Falret**

« Excellent film, qui participe vraiment à porter un regard bienveillant, voire admiratif sur les personnes en souffrance psychique. Bravo! »

**Message d'une spectatrice**

## REVUE DE PRESSE

Cliquez sur le nom des médias pour retrouver l'article complet.

Fréquence Julie : Entretien avec Mia Ma, [Le club de Médiapart](#), Sophie Ducrocq, 12 novembre 2021.

À voir : Fréquence Julie, un film de Mia Ma, [Comme des fous](#), 22 novembre 2021

The Sheffield DocFest 2022 Draws To A Close, [Top Ten Films](#), Rory Fish, 28 juin 2022

Sheffield Doc Fest annonce ses gagnants, [Cineuropa](#), David Katz, 30 juin 2022

Sheffield Doc Fest part 4, [Blog En Primera Fila](#), Miguel A. Reina, 04 juillet 2022  
(en Espagnol)

« Fréquence Julie », L'amitié au service de la sublimation, [Hiya](#), Boulmsouk Svadphaiphane, 10 octobre 2022



# BIO-FILMOGRAPHIE



A la fin des années 1990, Mia Ma regarde sur son poste de télé le film de Jean-Pierre Thorn *Faire kiffer les anges*, portée par son appétence pour la danse hip hop. Elle découvre avec enthousiasme un genre de documentaire qu'elle n'avait jamais vu, qui transforme l'intime en politique, et le réel en cinéma.

Ce n'est que dix ans plus tard, après avoir servi du poulet au KFC, porté des costumes d'hôtesse d'accueil et de mascottes, obtenu une maîtrise de philo, écrit dans des magazines, filmé-monté des vidéos classées X, des reportages, des films institutionnels et des tutos DIY, qu'elle décide de s'initier à la réalisation aux Ateliers Varan, convaincue que le cinéma documentaire est une voie privilégiée pour interroger le monde dans lequel nous vivons.

Elle réalise *Riz cantonais* en 2015, un moyen-métrage qui raconte la complexité du métissage d'un point de vue intime. En 2021, elle réalise *Fréquence Julie*, qui travaille les questions de la folie et du courage sous l'angle de l'amitié.

Aujourd'hui, Mia Ma travaille parallèlement comme technicienne dans l'univers du doublage.



# FICHE TECHNIQUE

**Documentaire, 78', 2021, France**

Avec : Julie Yaye Bigué Dieng

Auteure-réalisatrice: Mia Ma

Image: Mia Ma

Son & Mixage : Ivan Brossegoutte

Montage: Jeanne Oberson

Assistanat montage: Matthieu Grosmaire

Etalonnage : Lucie Bruneteau

Conseil à l'écriture: Olivier Daunizeau, Mariannick Bellot

Production déléguée: Florent Coulon - VraiVrai Films

En coproduction avec Lyon Capitale TV

Avec la participation de TV7 Bordeaux, du Centre National du Cinéma et de l'Image Animée et du Fonds Images de la Diversité du CNC - ANCT

Avec le soutien du département de la Charente-Maritime et de la Région Nouvelle-Aquitaine en partenariat avec le CNC, de la Procirep-Société des Producteurs et de l'Angoa et de la SCAM - Brouillon d'un rêve



**BANDE ANNONCE : <https://vimeo.com/732133681>**

[Site Web](#)  
[Facebook](#)  
[Instagram](#)  
[Tumblr](#)

