

*"Ce que je sais est tout ce que j'ai
pour être utile à la vie!"*

Agnès et Muriel
Guillemot
Femme plurielle

PRESS BOOK



Agnès Guillemot, née en 1977 à Abong-Mbang, dans l'Est du Cameroun, est une mère de famille aux multiples casquettes : Communicatrice (radio et télévision, relations publiques, communication d'entreprise), Event Manager (Mixx Abayem Sallam, Les Happytoget'Heures), Artiste (auteure, compositrice, interprète), Productrice (HeloMyrProd), Coach (développement personnel, techniques et sport de bien-être, vie de couple et pédopsychologie), Infographie, etc. Les formations ne lui servent qu'à valider des acquis : ses dons.

Grande adepte de l'autodidactisme, elle puise en premier dans son expérience personnelle et ensuite dans celles des vies qu'elle croise, les sources auxquelles abreuver le monde : revenir à sa propre humanité (apprendre à bien se connaître soi-même), afin d'y trouver les ressources nécessaires pour se faire une place dans la vie (mieux connaître et accepter l'autre), au milieu des autres (mieux vivre en cohésion avec son environnement). Ainsi seulement, on peut trouver son équilibre, et être un maillon fiable pour la grande chaîne humaine.

Agnès Guillemot se définit ainsi : **« JE suis l'ensemble des meilleurs Managers d'un groupe d'entreprises à plusieurs compétences : Artiste, Auteure, Coach, Productrice, Graphiste, et Promotrice. Mais avant tout, je suis l'épouse de mon mari, la mère de mes enfants, et la gouvernante de ma maison ! Comment j'arrive à faire tout cela ? Eh bien... JE SUIS UNE FEMME ! »**

By MaG



Artiste

Sous le nom d'artiste « **Muriel** », l'auteure s'entoure de musiciens confirmés pour interpréter ses textes sur des musiques de sa composition. Ainsi naîtra « **Pile... et Face** », un album qui a pris son temps de maturation (4 ans), et dont la première partie sera entièrement disponible au mois d'avril 2022.

L'album est enregistré à Paris (**Studio Oriance**) et à Yaoundé (**Dibato Records**).

« Cet album a vocation à être distribué au Cameroun, mais aussi dans le reste du monde. Il était important pour moi de faire valoir la grandeur de la compétence de nos musiciens camerounais, qui sont juste des phénomènes ! Je ne sais même pas lire la musique ! Et eux, en complément de mes musiciens parisiens, ont réussi à me faire dire exactement ce que j'avais à dire au monde : ils m'ont captée, et sont tous mes sens qui vont rencontrer l'essence de ceux qui m'écoutent. »

Tout y passe : **Balades, Gospel, R&B, Jazz, Blues, Alanga, Rock, Zouk, Latino**, etc. Chaque chanson arrive avec son univers, pour cadrer avec les deux thèmes de l'album :

- « **Pile...** » pour entourer la séparation dans tous ses axes (mort, relocalisation, rupture, etc), et aussi apporter des solutions de réparation.

- « **Face** » pour parler de tout ce qui empêche que le couple ne se brise (rencontre, amour, psychologie des sentiments, etc), et encourager à rester connecté au côté de la vie qui garde vivant et heureux.

L'artiste a souhaité ainsi « **produire un album qui s'écoute, et s'il devait se danser, que ce soit à deux. Parce que QUAND ON SE RENCONTRE, ON SE RACONTE !** »



Auteure

Agnès Guillemot a également la spécificité d'avoir passé une quinzaine d'années dans les couloirs des hôpitaux, majoritairement des centres de Procréation Médicalement Assistée : à cause d'une endométriose, elle a fini par avoir ses enfants par fécondation in vitro.

Depuis lors, la sensibilisation du grand public sur les sujets autour de l'infertilité (moins les dénigrer, bien les écouter, mieux les soutenir, améliorer leur prise en charge médicale et reconsidérer leur place dans la famille, l'entreprise et la société), tout comme le coaching des patients en la matière (mieux connaître et vivre son infertilité, améliorer la vie et la sexualité du couple infertile, booster son psychique pour « **RESTER DEBOUT** »), font partie de ses chevaux de trait.

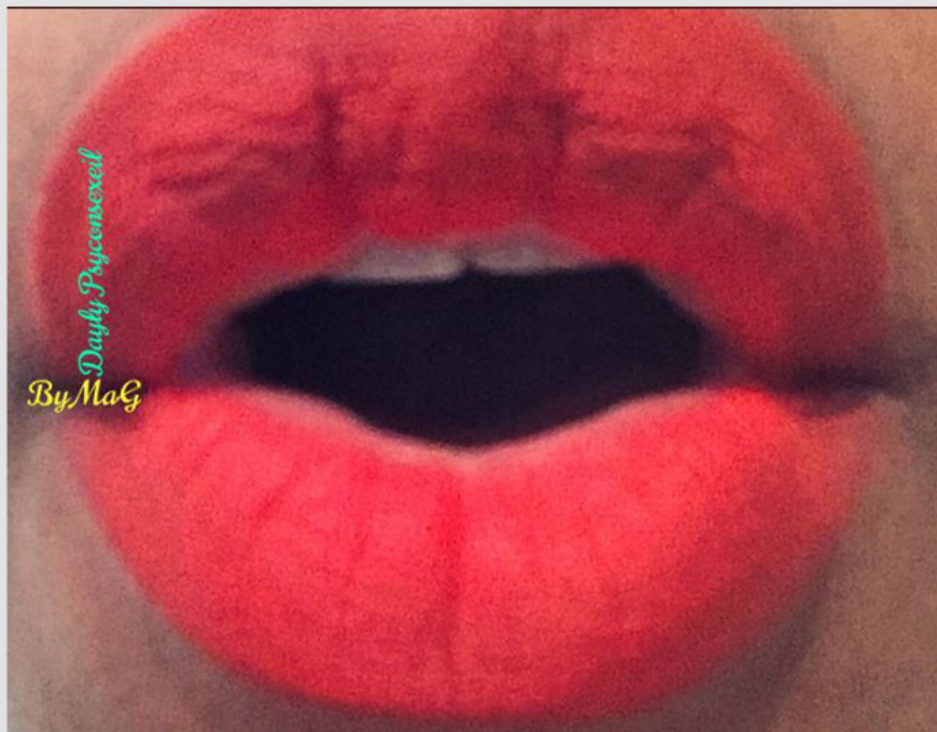
« Je souhaite ainsi que mon expérience et mon témoignage servent à tous : aux accompagnants de malades, aux familles et aussi au corps médical. Il s'agit ici de pointer et étayer les points tabous, sources de souffrance, de rejet, de stigmatisation et de fustigation. Le 2^e souci de l'infertilité est l'ignorance, qui découle encore trop souvent du tabou qui entoure cette question. »

Son livre « **QUELLE QUE SOIT L'ISSUE, J'AVANCE ET RESTE DEBOUT !** », paru en autoédition en 2020 (disponible sur commande), présente son point de vue, ses remarques, ses avis, ses explications, mais également ses conseils de motivation, afin que le patient sache que le temps mis à « patienter » dans le tunnel de l'infertilité ne fait pas moins de lui un Homme, un corps, dont il a le devoir de garder la maîtrise et prendre soin !

Elle a un livre-audio à paraître en juin 2022, et également deux autres ouvrages à paraître dans la suite.



Coaching



Ecouter. Dénouer. Démêler. Expliquer. Secouer quand nécessaire. Fouetter (les sangs) quand il le faut. Accompagner. Rassurer. Restaurer. Partager de son temps, autant qu'il y en a le besoin, toujours dans la bienveillance. En se mettant à la place de l'autre. Sans jugement. Se démenner pour qu'en partant, l'autre soit soulagé d'avoir pu se vider auprès d'une personne qui l'aura compris, et lui aura trouvé le fil de base de sa pelote, dans la boule de laine emmêlée qu'il était au départ. Sans arrogance ni prétention, et dans l'humilité la plus parfaite.

Telles sont les missions de Coaching d'**Agnès Guillemot**. Remettre dans le bon tissage les liens qui unissent (ou défont) le couple, l'infertilité, la parentalité, la PMA, la sexualité, les enfants, le bien-être général.

« Un peu de psychologie, l'envie de soigner, beaucoup de bienveillance et d'empathie (même si cela nécessite aussi de la fermeté). Quand on est tourné vers l'autre, il suffit parfois de bien peu de chose pour être utile de manière durable : le regarder comme soi-même ! »

Production



Un certain don transgénérationnel pour le micro et la caméra ? Sans doute. Raconter la vie dans sa vérité, sans l'édulcorer ou essayer de la présenter sous un jour forcément alléchant. Présenter les gens tels qu'ils sont, car ainsi seulement ils sont plus beaux !

Sous son label **HELOMYR PRODUCTIONS**, **Agnès Guillemot** présente et produit des émissions radiophoniques et télévisées : « **Ça vient de l'Est** » (promouvoir sa Région d'origine et présenter ses habitants sous un autre angle socio-culturel), « **Dans mon bureau** » (exprimer tout les savoirs d'une mère pour tenir sa maison et éduquer ses enfants), « **B&B** » (trucs et astuces pour être beau / belle et bien dans ma peau), « **Bas les voiles** » (faire la lumière, démêler et solutionner les soucis qui se plaquent sous les oreillers du couple), « **Sweet Gym At home** » (faire du sport doux à la maison, faire comme on peut, tel que l'on est, mais faire du sport !), « **Music stories** » (raconter l'histoire d'un style musical de sa genèse à nos jours). Etc...

Sous ce label, elle produit également l'artiste « **Muriel** », et depuis 6 ans, le « **Concept Mixx Abayem Sallam** », qui donne une tranche d'antenne de détente aux acteurs des marchés que sont les Bayem Sellam.

2022 verra naître la chaîne de télévision Youtube « **Up TV** », sur laquelle Agnès Guillemot pourra partager toutes ses productions avec le plus grand nombre, et en continu !



Mixx Abayem Sallam

Le « **Concept Miss Bayam Sellam** » naît après quelques années d'immersion dans les différentes communautés de ces mains nourricières, à Bertoua, dans la Région qui allume le Soleil. Cette démarche nous a paru la meilleure pour comprendre les modes de fonctionnement, d'organisation et de réussite de ce groupe dit « d'en bas ». Sortir des clichés a été déterminant, car nous avons ainsi pu découvrir ce monde d'humanité, de solidarité, de savoir-vivre et de bonheur, que bien peu soupçonnent, englués dans le mépris à leur égard.

Et en cadeau de remerciement pour ce privilège qu'elles nous auront accordé, nous avons pensé qu'élire leur Reine des Marchés leur apporterait surtout un moment de fête, de lâcher-prise, de partage avec toute la communauté, au cours duquel elles auraient l'occasion, elles, de pouvoir exprimer la large palette des trésors qu'elles sont capables d'être.

Ainsi, depuis 2015, chaque nouveau mois de janvier est un moment de retrouvailles. Après les 4 « **Miss Bayam Sellam Bertoua** », 2022 a vu arriver la « **Miss Bayam Sellam Abong-Mbang** », la 5^è donc.

En 2023, avec des candidatures issues de la Boumba-et-Ngonko, du Haut-Nyong, de la Kadey, et du Lom-et-Djerem, **la Région de l'Est** toute entière aura sa première Mixx, oui, avec un X ! Cette grande fête sera l'occasion de découvrir toute les innovations mises en place pour améliorer notre concept :

- Notre label change d'appellation et devient le « **Concept Mixx Abayem Sallam** », dans lequel tous les acteurs du marché auront le droit de concourir en même temps, **hommes et femmes confondus**. Oui, il y a plein d'hommes sur les marchés, qui ne s'appellent pour autant pas « Bayom Sellom », et qui méritent le même honneur. Car l'appellation « Bayam Sellam » désigne bel et bien un métier, et pas un sexe !

- Nous présenterons également notre **nouveau Logo**,

- Nous ajouterons des moments d'**activités sportives** (gym douce, matchs, saut à la corde, jeux de billes et de quilles, saut de sacs, etc). **La Sweetgym** pourra ici déployer tout son savoir-faire en matière de prise en charge de corps à problèmes (obésité, mobilité réduite, handicap, suites opératoires, récupération post-accouchement, etc). Car Tant qu'il n'y a aucune contre-indication médicale à la pratique du sport, tout corps doit bouger, dans le respect de ses capacités. Il ne faut absolument pas s'en priver, la vie pourrait en dépendre.

- Nous pourrons également désormais prendre en charge le volet « **réparation psychologique** » avec l'intervention de Psychologues et Coachs en développement personnel, pour promouvoir le « **DEBOUT ! Life Style** ». **Fait quoi, quoi fait, je reste DEBOUT !**

- Et enfin, nous pourrons mettre en place nos véritables **plans d'aide à l'évolution du poste de travail des Bayam Sellam** sur les marchés.

Il est question, à travers cette étape électorale, d'apporter à ces personnes **un vrai moment de détente collectif, de bien-être, de fête**, durant lequel elles s'approprient ce qu'elles sont, et en brandissent le flambeau.

Leur redonner de la **fierté**, de la **reconnaissance** à faire leur métier, de redorer suffisamment leur **confiance en soi** pour qu'elles se sentent prêtes à devenir des Ambassadrices de ce qu'elles sont chaque jour, et non de ce que l'on attend qu'elles soient.

En faire des Mixs, définis par leurs propres valeurs, selon leurs propres codes, dans le respect de leur nature profonde. **Organiser non pas un Concours de Beauté, mais une Représentation de Valeurs.**

Mettre en avant un concept de compétition non-excluante, inclusive, sans rapport de forces, qui rend service aux femmes et hommes des marchés, dans le sens où la beauté n'y est pas stéréotypée, formatée, fondée sur une conception sexisme misogyne, et sur une relation entre les hommes et les femmes largement dépassée. Nous ne souhaitons pas une uniformisation des critères de candidature, et voulons balayer le message sous-jacent des concours de selon lequel « pour réussir, il faut avoir une belle gueule et un corps de rêve, etc. » On ne saurait réduire les acteurs du marché à cela, ce serait vraiment dommage !

Il nous tient à cœur de préciser que nous ne sommes cependant pas en guerre contre les "Concours de beauté", absolument pas !

D'eux nous vient l'inspiration du « Concept Mixs Abayem Sallam » ! ***Ils sont le Yin, nous le Yang: on se complète!***



"DEBOUT !"

Les chemins de l'infertilité ne sont pas des champs où cultiver des graines de mépris, ni des arbres de rejet.

L'ignorance et la bêtise des uns deviennent de grandes amies face à la douleur et au désespoir des autres. Ceci ne saurait perdurer, car on ne naît pas forcément infertile, et personne n'est condamné à demeurer ignare à ce sujet !

Le concept « **DEBOUT !** » est une voix qui s'élève, afin de mettre au grand jour les difficultés des personnes infertiles, afin qu'elles n'en fassent plus des soupes à la grimace perpétuelle, mais assument leur état, et se prennent en charge pour mieux être au courant de qui elles sont, du B.A. BA de leur infertilité, et enfin en parler. Paisiblement. Bref, être au courant qu'être infertile ne veut pas dire être stérile. Et que si l'on a 80% de certitude de ne pas être parent, on a encore quand même 20% de chances que ça marche ! Et ça, oui, c'est une bonne nouvelle !

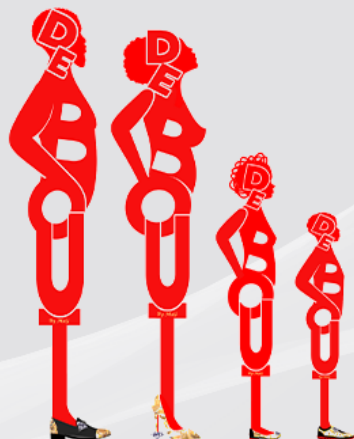
Pour les familles, l'entourage, la société et le corps médical, il s'agit de mieux **savoir les écouter, les encadrer, les soutenir, les prendre en charge**, afin de ne plus les laisser en marge de la société, et arrêter de leur envoyer des quolibets en permanence.

« Il s'agit de sortir du déni et du tabou, et d'intégrer chaque membre de la société à la place qui lui revient, afin qu'il joue sa partition de maillon essentiel de l'humanité, dans le respect de l'intégrité de chacun. Il est urgent de comprendre que les personnes infertiles ne sont ni des traîtres à la parentalité, ni la lie de la société ».

Pour cela, la solution d'**Agnès Guillemot** est de prendre la parole à ce sujet aussi, afin de permettre à la communication entre les patients, la société et les professionnels, de jouer son rôle d'éclairage et d'apaisement.

Rester « DEBOUT ! » veut dire prendre conscience, accepter, et parler. Que ça marche ou pas, tant que l'on est en vie, il faut vivre ! La tête haute, l'espoir et les projets plein le cœur !

"DEBOUT!"



Fait par **ML Design**
+ 237 676 40 76 49

Contacts

France : **AGNÈS GUILLEMOT** : + 33 6 29 43 29 41

Cameroun : **ACHILLE NGOKO** : + 237 6 96 45 63 60

RAINBOW MULTISERVICES : + 237 6 99 42 84 95
+ 237 620 27 11 87

Web site : www.follow-muriel.fr

Mail : contact@follow-muriel.fr / ladurte@yahoo.fr

Facebook : **Muriel Ladurte / Follow Muriel**

WhatsApp : **+ 237 6 70 47 04 30**





Fait quoi, quoi fait, je reste « Debout ! »

