



HÉLÉNA SADOWY

sadowy.helena@gmail.com / 07 61 56 53 86

59 rue Rouget de l'Isle
37 000 Tours

Née le 16/06/1989

1 m 64 – 55 kg – Cheveux blonds – Yeux verts

Anglais (bilingue)
Danse moderne-jazz et contemporaine
Chant choral et contemporain
Titulaire du permis B (véhicule personnel)

P A R C O U R S A R T I S T I Q U E

2010 – 2013 **ENSATT** Lyon 72ème promotion (département Art Dramatique)
2008 – 2010 CEPI- Conservatoire à Rayonnement Régional de théâtre Poitiers

F O R M A T I O N A R T I S T I Q U E

À L'ENSATT

Intervenants Jeu : Philippe Delaigue, Frank Verduyssen, Guillaume Lévêque, Agnès Dewitte, Giampaolo Gotti
Autres intervenants : Alain Reynaud (clown), Magali Chabroud (arts de rue), Ariane Mnouchkine (masque),
Eloi Recoing (marionnette), Anne Fischer (chant), Frédéric Fonteyne (cinéma)

AUTRES FORMATIONS

2023 **La Mousson d'été** : *Rencontres théâtrales internationales (Université d'Été)*
Pascale Henry, Festival des écritures contemporaines, Pont-à-Mousson
2021 **Chantiers nomades** : *Histoire, Récits, Héritages*
David Geselson, Cie Lieux Dits, CDN Lorient
2019 **Stage d'improvisation théâtrale** : *Kit d'urgence scénique*
Yvan Richardet et Alain Borek, Théâtre de L'Échandole, Suisse

E X P E R I E N C E S A R T I S T I Q U E S

J E U

De 2013 à 2024 **Collectif bim**, performances *in situ*
Paris (école ENSCI, place Martin Nadaud, hôpital Bretonneau), Privas (CAUE), Vire (Le Préau), Blois (La Halle aux Grains), Reims (La Comédie, Palais du Tau), Tours (CDNT), Villeréal (un festival à Villeréal), Dijon (L'Atheneum), Besançon (Les Deux Scènes), Arras (Tandem Scène nationale) et Saint-Gaudens (CNAREP Pronomades)
2018 à 2023 **CES FILLES-LÀ** (Evan Placey) spectacle pour public adolescent
m.e.s. Anne Courel, **cie Ariadne** (tournée française)
2016 **SOUS NOS PIEDS**, spectacle déambulatoire, **cie Bloffique** (Théâtre de Vénissieux, Lyon)
2015 **ANDROMAQUE** (Racine) m.e.s. Guillaume-Harry Françoise. Rôle d'Hermione

2013 - 2014 Collège des Bernardins, Paris ; Ruines de l'abbaye de Port-Royal des Champs
Collaborations avec le Théâtre Châtelard, Ferney-Voltaire :
LE DROIT DU SEIGNEUR (Voltaire), **VERTIGES** et **CABARET VOLTAIRE** (Michel Beretti)
m.e.s Simone Audemars

2013 **INDÉCENCES** (Oscar Wilde), m.e.s. Frank Vercruyssen (**tgSTAN**)
ENSATT, Lyon ; Théâtre de l'Aquarium, Vincennes

COURT-MÉTRAGE

2023 **LE FEU ROUGE** – réal. Patrick Alves (ASPAC)
DEUX JOURS ET UNE VIE et **LE FEU ROUGE** – réal. Patrick Alves (ASPAC)
2022 **SŒURS** – réal. Hubert Girard (Villanelle production)
2021 **LES MAINS DANS LA NUIT** – réal. Alice Chochoy

MISE EN SCÈNE ET JEU

2017- 2024 Seule-en-scène « **ETTY HILLESUM, UNE VIE BOULEVERSEE.** »
cie Haut les cœurs ! (tournée française/77 représentations)

MISE EN SCÈNE

2022 **LA PROMESSE DE LA CERISE** (Carole Prieur)
festival Pièces jointes #3 (La Charpente, Amboise)
2018 – 2024 « **UN TÉMOIN DANS LA NUIT** », m.e.s. d'un spectacle de lycéens autour des témoins de la Shoah. Une création originale par an, **cie Haut les cœurs !** (Tours)
2020 « Laboratoire de l'acteur », une semaine de résidence avec neuf comédiens
cie Haut les cœurs ! (La Charpente, Amboise)

À l'Institut Philanthropos :

2023 **DIPTYQUE TCHEKHOV : ONCLE VANIA / IVANOV** (A. Tchekhov)
2022 **CHARLOTTE DELBO, ÉCRIRE POUR REVENIR** (création artistique sur la vie de C. Delbo)
2021 **UN CHAPEAU DE PAILLE D'ITALIE** (E. Labiche)
2020 **LA MAISON DE BERNARDA ALBA** (F. G. Lorca) en diptyque avec l'adaptation du roman
PAS PLEURER (L. Salvayre)
2019 **LES ESTIVANTS** (M. Gorki)
2018 **YVONNE, PRINCESSE DE BOURGOGNE** (W. Gombrowicz)
2017 **CASSÉ** (R. de Vos)
2015 **LA BÊTE DANS LA JUNGLE** (H. James/M. Duras)

ASSISTANAT À LA MISE EN SCÈNE

2022 **MONSIEUR LE CURÉ FAIT SA CRISE**, m.e.s. Mehdi Djaadi
Production PREMIÈRE PARTIE et STAQUELINE PRODUCTION (tournée française)

FORMATION UNIVERSITAIRE

2014 – 2015 **Institut Philanthropos** : Institut européen d'études anthropologiques de Fribourg (Suisse)
Obtention d'un certificat en études anthropologiques, mention Bien

CENTRES D'INTÉRÊT

Chant, danse, arts de la table, loisirs créatifs, bien-être.