**9 de febrero 2022**

**VIVIR TODA LA VIDA / LIVING ALL OF LIFE**

**México, 2021**

**Ficción, 27:58 min**

**DCP, Color**

Dirección / Director: Marlén Ríos-Farjat  
Dirección de Producción / Production Director: Eduardo Vasconcelos, J Luis Rivera

Dirección de Fotografía / Cinematography: Ignacio Miguel Ortiz

Guion / Script: Marlén Ríos-Farjat

Edición / Editing: Luis Arellano, Marlén Ríos-Farjat

Sonido / Sound: Quetzalcóatl Gutiérrez, Pedro Antonio Padilla, Mariano Murguía Sotomayor, Sebastián Serrano.

Diseño Sonoro / Sound Design: José Miguel Enríquez

Música Original / Original Music: Emiliano Suárez

Diseño de Producción / Production Design: Tihuí Arau y Edgar Laurrabaquio.

Diseño de Vestuario / Costume Design: Vesture Atelier: Itzel Soriano, Andrea de Luna y Daniela García.

Maquillaje y Peinados / Make up and Hairstyles: Daniela Valdivia Bujeiro.

Compañía Productora / Production Company: Centro de Capacitación Cinematográfica, A.C.

Reparto / Cast:

Paloma Woolrich: Susana

Carmen Delgado: Gloria

Yuriria Del Valle: Hija

Eligio Meléndez: Leo

Fera: Jacques

Gilberto Barraza: Don Polo

Marco Antonio Argueta Cardoso: Electricista

Juan Carlos Alcocer: Encargado

Santiago Siri: Nieto

Participación Especial

Juan Carlos Colombo: Fernando

Rosario Zúñiga: Amante

Ventana de proyección / Aspect ratio: 2:35.  
Sonido / Sound: 5.1 & Stereo. Mezcla THX.  
Formato de Captura / Shooting Format: 2K, CODEC Apple Pro Res 4444.  
Modelo y marca de cámara / Camera: Arri Amira Camera.  
Modelo y marca de lentes / Lenses: Arri Ultra Prime Lenses.  
Post Productor / Post-production: Ulises Jiménez y Víctor Gómez.  
Colorista / Color grading: Rocío Ortiz.

Fecha de rodaje / Shooting dates: Enero 28 – Febrero 8, 2018 / January 28th – February 8th, 2018.

Software utilizado: Adobe Premiere Pro, Assimilate Scratch, Adobe After Effects and Photoshop.  
Velocidad de proyección / FPS: 24 fps.  
Género / Genre: Drama, comedia / Drama, comedy.

Temas / Topics: Mujer, depresión, superación, amistad, madurez / Women issues, depression, overcoming of challenges, friendship, maturity.

Locaciones / Locations: Ciudad de México, México / Mexico City, Mexico

**Tag line**

Para vivir hay que vivir.

To be alive you gotta live.

**Sinopsis corta**

Susana ha sido abandonada por su marido tras una vida juntos. No lo acepta y se aferra al pasado. Un día necesita la ayuda de su vecina Gloria, una mujer de espíritu libre que Susana no tolera. Pero la amistad que surge entre ambas hará renacer en Susana el deseo de vivir en el presente.

**SHORT SYNOPSIS**

After a lifetime together, Susana has been abandoned by her husband. She is in denial and holds on to the past. One day, she needs the help of her neighbor, Gloria, a free-spirited woman who Susana can’t stand. But the friendship that emerges between them arises in Susana the desire to live in the present.

**Sinopsis larga**

Susana ha sido recientemente abandonada por su marido tras 35 años de matrimonio. No puede enfrentarlo y se aferra al pasado. La alegría la ha dejado y ahora vive ensimismada, esperando que las cosas sean como antes. Un día requiere la ayuda de su vecina Gloria, una mujer de su misma edad, pero a quien Susana no soporta porque tiene una personalidad opuesta a la suya. Gloria vive de manera libre, divertida y espontánea. La amistad que se desarrolla entre ambas y el ejemplo de Gloria harán renacer en Susana el deseo de vivir nuevamente en el presente.

**LONG SYNOPSIS**

Susana has recently been abandoned by her husband, after a 35-year-old marriage. She can’t cope with it and holds fiercely on to the past. She feels as though any remaining happiness has left her. And she longs for things to get back to the way they were. One day, she needs the help of her neighbor, Gloria, a free-spirited woman who is the opposite of her. Gloria is fun, carefree and knows how to have a good time. The unlikely friendship that emerges between them, and Gloria’s example, ignite in Susana the desire to live in the present once again.

**Biografía de la directora**

Marlén Ríos-Farjat nació en la Ciudad de México, el 2 de marzo de 1984. Egresó de la Licenciatura en Cinematografía del Centro de Capacitación Cinematográfica, con la especialización en Dirección. Asimismo, realizó el Máster en Montaje Cinematográfico en la Escuela Superior de Cine y Audiovisuales de Cataluña en España. Su cortometraje Rosario fue seleccionado en más de 80 festivales internacionales y exhibido en 30 países. Asimismo, Ríos-Farjat ha sido directora de proyectos filmados tanto en Italia como en Cuba. Ha sido editora de diversos programas, documentales y cortometrajes de ficción, así como de los largometrajes Masacre en Teques (ópera prima del CCC) y El Caminar de las Sombras, actualmente en producción. Vivir toda la vida, su más reciente cortometraje como directora y guionista, se estrena en 2021.

**DIRECTOR`S BIOGRAPHY**

Marlén Ríos-Farjat was born in Mexico City, on March 2nd, 1984. She earned her bachelor’s degree in Film Directing at Centro de Capacitacion Cinematografica (Film Training Center) in Mexico City. Also, she finished her Master in Film Editing at the Cinema and Audiovisual School of Catalonia (ESCAC) in Terrassa, Spain. As a writer and director, her previous short film Rosario was selected in over 80 international film festivals and shown in 30 countries. Moreover, Ríos-Farjat has directed projects in Italy as well as in Cuba. She has been the editor of numerous programs, documentaries and fiction short films, as well as of the feature length films Massacre in Teques (to be released) and The walking of the shadows, currently in production. Living All of Life, her most recent short film as director and screenwriter, premieres in 2021.

Filmografía / FILMOGRAPHY

Rosario, 2016, Ficción, 10 min.

Living all of life, 2021, Fiction, 28 min.

Accordi Maggiori, 2021, Ficción, 14 min.

**Apuntes del director**

El tema central de Vivir toda la vida es la aceptación. Si bien Susana, la protagonista, tiene una toma de conciencia final, las situaciones a las que se enfrenta no están en su control. Es la vida misma la que le presenta diversas circunstancias a las cuales ella decide o no adaptarse. En un principio, Susana niega que las circunstancias de su vida hayan cambiado, busca aferrarse al pasado y por ello ha perdido la alegría. No logra aceptar y así deja de vivir plenamente: sólo sobrevive.

Las emociones y sentimientos del personaje de Susana fueron el norte de la brújula para la construcción cinematográfica. En este sentido, respecto a la música se buscó que fuera solo diegética. Al inicio, no hay gozo de vida, lo que se refleja en parte con la ausencia de música. Esta aparece hasta que Gloria la trae consigo. La música solo se escucha en escena cuando es motivada por los mismos personajes: cuando la pone Gloria, cuando toca Susana, cuando cantan.

Asimismo, se buscó que la canción que ambas cantan en el bar reflejara de manera poética el dilema de Susana. Al estar unidas en el canto de la canción, ambas ponen de manifiesto lo que anhelan de manera profunda. Emiliano Suárez, el músico compositor, trabajó con este concepto para crear una canción original que es la que aparece en el cortometraje y refleja el tema de fondo.

En cuanto al cast, era necesario contar con actrices de carácter que pudieran transmitir en pantalla la experiencia de vida que era necesaria para ambos personajes. Tanto Paloma Woolrich (Susana) como Carmen Delgado (Gloria) lograron proyectar una química afable y entrañable. Son sin duda dos grandes pilares de este cortometraje.

El viaje de la amistad retratado en el corto nos recuerda que en la vida todo es temporal. Y que para seguir plenamente vivos hay que estar presentes en todo el proceso, sin huir, “con paso pesado, incansable, constante… con la fuerza de nunca parar”. Aceptar. Aceptar la vida, tal como es, para poder vivirla toda.

**Director’s Statement**

The central theme of “Living All of Life” is acceptance. Even if Susana, the protagonist, has an ultimate awareness, the situations which she faces are not in her control. It’s life itself that provides her with circumstances to which she must decide whether or not to adapt. At the beginning, Susana is in a state of denial, she clings to the past, and thus, has lost any sense of joy. She is unable to accept and stops living fully: she is just surviving.

The emotions and feelings of Susana’s character were central, like the north of a compass, towards the construction of the film’s narrative. In that sense, regarding the use of music, it was decided to only use it diegetically. At the beginning, there’s no joy in Susana’s life, and so there is no music. Music appears until Gloria brings it to the story with her. Therefore, the music is only heard when it’s motivated by the characters themselves: whenever Gloria listens to it, when Susana plays the piano, when they sing together at the bar. As the joy evolves in Susana, so does the music in the film.

Furthermore, we wanted that the song that they sing at the bar had a real meaning in the lyrics. We wanted it to reflect poetically Susana’s dilemma. When they both sing the song, their deepest desire for life is shared. Emiliano Suárez, our musician and composer, worked from this concept to write the original song for the short film. The song reflects the overall theme as well.

Regarding the cast, it was needed to cast character actresses that were able to portray in the screen a lifetime of experience, which was vital for the story to be enjoyable and relatable. Both, Paloma Woolrich (Susana) as well as Carmen Delgado (Gloria) were able to portray an endearing chemistry onscreen. They are, without a doubt, two great pillars of this short film.

The journey of friendship portrayed in this short film is meant to remind us that everything is temporary. And that in order to be fully alive we must be fully present in the process, without running away, “with a heavy, relentless, steady pace… never stopping”. Accepting. Accepting life, as it is, in order to fully live it all.

**Biografía del Fotógrafo**

Ignacio Miguel Ortiz

Ciudad de México, 1984. Egresado de la Licenciatura en Cinematografía por el Centro de Capacitación Cinematográfica, con especialidad en Cinefotografía. Durante sus estudios, estuvo a cargo de la Dirección de Fotografía de proyectos documentales y de ficción como: Sueños en Hi8 de Sergei Ramírez, Adiós Abuelo de Emiliano González Casanova, Vivir Toda la Vida, La biblioteca de Papá y Rosario de Marlén Ríos-Farjat, cortometraje seleccionado en más de 110 festivales nacionales e internacionales (Nashville, Chicago Latino, Cork Film, etc).

Durante su etapa profesional ha sido Director de Fotografía de diversos largometrajes documentales. Su cortometraje documental Lacus (Dirección, Co-Dirección de Fotografía), ganó en el año 2019 el premio a mejor cortometraje en el Festival de Cine Latinoamericano de Sydney y ha participado en más de 25 festivales nacionales e internacionales.

Actualmente, Ortiz desarrolla la post producción del largometraje documental Con Ayuda del Cielo (Director, Director de Fotografía) con el apoyo del CCC y del Programa de Fomento y Coinversiones Culturales del FONCA.

**Cinematographer’s Biography**

Ignacio Miguel Ortiz

Mexico City, 1984. He earned his bachelor’s degree in Cinematography at Centro de Capacitacion Cinematografica (Film Training Center) in Mexico City. During his studies, he was the Director of Photography of documentary projects and fiction short films such as: “Sueños en Hi8” (Dreams in Hi8) dir. Sergei Ramírez, “Adiós Abuelo” (Goodbye Grandpa) dir. Emiliano González Casanova, “Vivir Toda la Vida” (Living All of Life), “La biblioteca de Papá” (Dad’s Library) and “Rosario” (Rosario) dir. Marlén Ríos-Farjat. The latter was selected in over 110 national and international film festivals such as Nashville Film Festival, Chicago Latino, Cork Film Festival, among others.

During his professional career he has been the Director of Photography of several feature length documentary films. His own documentary short film “Lacus” (Lacus), which he directed and co-photographed, received in 2019 the award for best short film at the Sidney Latin American Film Festival, and it has also screened in over 25 national and international film festivals.

He is currently overseeing the post-production of his first feature length documentary film as director, “Con Ayuda del Cielo” (With the help of heaven), with the support of his film school as well as a national film fund (FONCA).

**Notas del Fotógrafo**

Cuando la directora y yo comenzamos a trabajar en la propuesta visual de Vivir Toda la Vida, partimos de la idea de la transición dramática en las atmósferas de una forma sutil pero clara. Para ello, creamos esta idea de transformación desde los colores oscurecidos y azulados acompañando a la soledad y caída del mundo de Susana, hacia la vitalidad del entorno de Gloria con colores vivos y saturados. Sin embargo, a través de este viaje, cada uno de los personajes y situaciones va tomando una colorimetría y construcción atmosférica propias para que la imagen continúe evolucionando sutilmente.

El resultado es una película cuya fotografía acompaña los estados de ánimo de los personajes permanentemente, desde un fuerte naturalismo y narrativa cinematográfica sutil. Una de las grandes satisfacciones de trabajar con Marlén es que, desde el trabajo de preproducción, la construcción visual va siempre encaminada a las circunstancias dramáticas de los personajes. Al ver el resultado final podemos empatizar mucho más con ellos y con la historia cuando salimos de la sala, y no solo durante un momento efímero como lo daría aquí una fotografía más efectista.

**Cinematographer’s Notes**

When the director and I began working in the visual proposal for “Living All of Life”, we understood that the dramatic transitions between different atmospheres were to be subtle yet clear. In order to create that, we started from the idea of evolving through colors. From the darker blues, reflecting Susana’s failing world to the aliveness and saturation of reds, pinks and yellows of Gloria’s world. Hence, along this journey, each character and situation acquire a color palette and an atmospheric construction of its own, and so the image continues to evolve subtlety.

The outcome is a film whose cinematography goes hand in hand with the emotional states of the characters, throughout, with strong naturalism and yet a subtle film narrative. One of the greatest satisfactions of working with Marlén is that from the preproduction phase, the visual narrative is always aimed at supporting the dramatic circumstances of the characters. So, when watching the end result, we can empathize more deeply with the characters and their story, and not just for a fleeting moment, which would happen with a gimmicky cinematography.

**Biografía del productor**

**FALTA BIOGRAFÍA DEL PRODUCTOR**

**Producers Biography**

**FALTA BIOGRAFÍA DEL PRODUCTOR Y TRADUCCIÓN  
Notas de producción**

**FALTA NOTAS DE PRODUCCIÓN**

**Production Notes**

**FALTA NOTAS DE PRODUCCIÓN Y TRADUCCIÓN**

**Festivales y Premios / Festivals and Awards**

San Diego Latino Film Festival, EUA, California, San Diego, marzo 2022.  
Vancouver International Women in Film Festival Canadá Vancouver, Vancouver, marzo 2022.  
Houston Latino Film Festival, EUA, Texas, Houston, marzo 2022.  
In the Palace. International Short Film Festival, Bulgaria, Sofia abril 2022.

**Contacto / Media Contact**

**Centro de Capacitación Cinematográfica, A.C.  
Calzada de Tlalpan 1670  
Col. Country Club  
04220, CDMX, México  
Tel: +52 55 4155 0090 ext. 1813  
Fax: +52 55  4155 0092**[**divulgacion@elccc.com.mx**](mailto:divulgacion@elccc.com.mx)

[**www.elccc.com.mx**](http://www.elccc.com.mx)