



Ateliers pratiques . Tentes rouges . Soirée . Échanges

[www.festivaldufeminin.com](http://www.festivaldufeminin.com)

2<sup>e</sup> édition

# FESTIVAL du FÉMININ

*Un voyage initiatique créé  
par des femmes pour des femmes*

## BORDEAUX

21-22-23 avril 2023

[atiananda.association@gmail.com](mailto:atiananda.association@gmail.com)

création : Imanou

L'organisation du festival du féminin de Bordeaux est une envie commune que l'on a d'offrir un espace pour expérimenter la sororité, pour rencontrer des intervenantes de qualité, explorer des pratiques qui soutiennent l'éclosion de tous les féminins.

Et comme le dit Delphine Lhuilier, co-fondatrice du festival de Paris: "le festival du féminin n'a pas pour objectif de définir « le féminin » ou « la femme ». Il est un espace d'expériences, d'émulsions, qui permet de se rencontrer, de rencontrer l'autre. On en sort le cœur vibrant, la conscience aiguisée, le regard pétillant sur l'horizon de notre chemin".

Un grand merci à nos intervenantes, à nos bénévoles et à nos partenaires qui participent au rayonnement du Festival du Féminin à Bordeaux.

**QUE L'AVENTURE INTÉRIEURE PRENNE PLACE !!**

Depuis mars 2012, l'aventure du Festival du féminin, initiée et coordonnée par l'équipe du Centre Tao Paris, tisse une toile «d'amitié», de rencontres et d'expériences entre femmes à travers le monde. Tels une vague, un souffle, quel que soit le lieu, chacune peut ressentir une vibration chaleureuse et vibrante, le désir des femmes d'oser regarder leurs parts d'ombre et de lumière, de panser leurs blessures, de se réinventer et de réinventer le monde. Des ateliers pratiques se succèdent pendant trois jours pour une exploration corporelle et une expérience initiatique vécues dans la profondeur, la vulnérabilité, la puissance et la célébration. Ainsi, des femmes se sont lancées dans l'aventure en reliant d'autres femmes pour créer un épiphénomène sur la terre qui leur est chère, chacune apportant sa propre couleur.



"Depuis quelques années j'ai cette envie, cette énergie de découvrir différentes pratiques liées à mon exploration intérieure comme la sophrologie, les mémoires transgénérationnelles, les cercles de femmes... De les partager et les revivre dans la sororité. Alors mettre mon énergie au service du Festival du Féminin de Bordeaux m'a paru comme une évidence."

**Charlie**

Instagram : cha.ma.lie



"Quand Charlie m'a proposé de participer à la co-organisation du Festival du Féminin, cela m'a enchanté. Etant professeure de Yoga, facilitatrice de cercle de femmes et grande voyageuse dans l'âme, je me sens en joie de pouvoir aider à l'organisation de cette riche expérience, de pouvoir aider à créer du lien et accompagner chaque femme à évoluer dans son espace intérieur."

**Anna**

Instagram : vanarayoga

FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

atiananda.association@gmail.com • www.festivaldufeminin.com

# Rejoignez l'aventure



Réservez votre place en bénéficiant d'un PASS à 135€ pour 3 jours au lieu de 150€ si vous faites partie des dix premières inscrites.

Pass 1 jour : 80€

Dépêchez-vous car il n'y aura pas de billet pour tout le monde, le nombre de places étant limité.

N'oubliez pas de vous inscrire séparément aux tentes rouges (atelier non-inclus dans le pass 3 jours)

**RENDEZ-VOUS SUR NOTRE BILLETTERIE :**

<https://www.helloasso.com/associations/atiananda/evenements/festival-du-feminin-de-bordeaux-2023>

Suivez-nous pour rester informée de l'actualité du festival !

**Instagram :** festivaldufeminin\_bordeaux

**Facebook :** Festival du Féminin

**Site :** <https://www.festivaldufeminin.com/festival-du-feminin-a-bordeaux-avril-2023/>



Kit de la festivalière :

- Mon billet pour l'arrivée au château
- Ma tenue dans laquelle je me sens à l'aise
- Mon tapis de yoga pour les pratiques corporelles
- Mon coussin de méditation & un plaid pour se cocooner
- Ma gourde pour m'hydrater
- Mes chaussettes ou chaussons car les chaussures n'auront pas accès aux salles
- Mon cahier et un stylo, si j'ai besoin d'immortaliser des choses
- Des mouchoirs...au cas où !
- Mon porte monnaie pour les repas/douceurs & stands de l'espace accueil



*Atiananda*

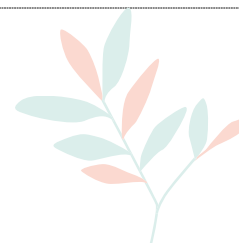
FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

atiananda.association@gmail.com • [www.festivaldufeminin.com](http://www.festivaldufeminin.com)

# Programmation

Deux salles & Une tente : Deux ateliers par créneau

	Vendredi 21 avril	Samedi 22 avril	Dimanche 23 avril
9h à 9h30		Accueil & inscriptions	Accueil & inscriptions
		MARIE COCHARD Atelier	BARBOKA A la rencontre de votre femme médecine
9h30 à 10h45		NATHALIE GOLDSTEIN Le périnée, le socle de notre puissance	MARINE BROUSSET Chant Voix Corps : Explorer sa voix entre Femmes
11h00 à 12h15	12h30 Accueil & inscriptions des participantes	LOLA DJEANE Dance Floor Expansion EMELINE DAUDET Broderie intuitive	DELPHINE LHUILLIER Wutao SOKHNA CAUVIN Développer son intuition grâce au pouvoir des plantes
		▲ Tente rouge (8 places sur inscription)	▲ Tente rouge (8 places sur inscription)
12h30 à 13h45	13h30 - Rituel d'ouverture MARIE COCHARD	Repas proposé par Filipendule	Repas proposé par Filipendule
	SEVERINE BOSQ Initiation à l'art de la tisanderie	AUORE RENAUDEAU Cycle de Femme, Cycle de Vie	JULIE HARTER & ALICE PARISI Cérémonie Cacao & Chant médecine
14h00 à 15h15	HELENE FRIART-LAMOURETTE Coeur vibrant dans un océan d'amour	LAURENCE FILLAT Faire des « Sophro-Pauses », un rituel pour rétablir votre énergie !	ANMA Voyage chamanique & danse médecine
		▲ Tente arc-en-ciel (8 places sur inscription)	
15h30 à 16h45	SABINE CHALOUPY Rituel In Lak'esh SURYACHANDRA FLOW Bain sonore & voyage musical méditatif	ANNA GERICOT Yin-Yang Yoga ALICE PARISI Cercle de Chant intuitif	EMMANUELLE CUEFF CORPS et SONS de l'Energie du Flow à la Conscience VERS L'EVEIL MANTRIQUE CERCLE DE PAROLE
	▲ Tente rouge (8 places sur inscription)		
17h00 à 17h30	Pause tisane et douceur	Pause tisane et douceur	Clôture Concert Mantra & Lumière EMMANUELLE CUEF
17h30 à 18h45	KYUNG SOON Conférence sur les constellations familiales MARITCHU "De l'organe à l'orgasme" périnée et sexualité : comment ça marche ?	SOLENE ARISTIZABAL La respiration comme moyen d'expansion DORIANE PETIT Colère, peur, honte, tristesse, culpabilité : comment mieux vivre nos émotions limitantes ?	
19h00 à 20h00	Repas proposé par Filipendule	Repas proposé par Filipendule	
20h15 à 20h45	Concert du duo féminin LUCERAS Chants des Andes EMELINE DAUDET & ALICE PARISI	Spectacle de Wutao & Chant du Souffle DELPHINE LHUILLIER	



FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

atiananda.association@gmail.com • www.festivaldufeminin.com

# tentes rouges & arc-en-ciel

## Les tentes rouges

Les Tentes Rouges sont des espaces de parole totalement libérés de toute obligation, où chacune vient pour ce qu'elle est et partage ses expériences avec d'autres femmes. C'est ce que ces Femmes vous proposeront.

Tomber les masques ! Au cœur de la tente rouge, vous n'êtes plus la femme de..., la mère de...

C'est une rencontre d'Être à Être, de femme à femme à laquelle elles vous invitent. Ensemble, vous réaliserez que ce qui nous unit est infiniment supérieur à ce qui nous sépare et nous déchire...et vous goûterez à cette merveilleuse sensation qu'est la Sororité...

L'inscription est nécessaire car les places sont limitées à 8 personnes par tente. La priorité sera faite dans l'ordre d'arrivée des inscriptions et un planning sera disponible à l'accueil dès votre arrivée. Elles sont animées par des intervenantes différentes.



© Daniela Brzeski / Douils de France



## Les tentes arc-en-ciel

Née l'année dernière dans le cadre du 8e Festival du féminin à Paris, une Tente arc-en-ciel a pour but de créer un espace de paroles consacré aux femmes homosexuelles, bisexuelles, pansexuelles ou qui s'interrogent sur leur identité et leur orientation sexuelle.

Parce que la parole n'est pas toujours simple. Parce qu'il est bon de se partager : quelles sont mes peurs et quels sont mes désirs ? Homosensualité ou homosexualité, comment savoir ? Regard des autres, etc. Autant de sujets qui pourront être abordés dans la simplicité, sans jugement, sans commentaire, juste de grandes oreilles bienveillantes pour écouter, partager et apprendre à s'aimer. Toujours plus. Encore mieux.




# Programme avec présentations des ateliers et des intervenantes

Cérémonie d'Ouverture à 13h30 avec Marie  
Cochard : De Soi à la Sublime assemblée

*Chanter. Ritualiser. Communier.*  
Notre rituel d'ouverture sera l'expression de l'ouverture de  
notre Cœur et de notre gratitude pour la Nature et notre  
nature véritable, UN SEUL CŒUR.

## Vendredi 20 mai 2022

### Coeur vibrant dans un océan d'amour

De 14h à 15h15 | 

Je vous propose de plonger à l'intérieur de votre corps par des méditations tantriques qui vous aideront à honorer cette femme souveraine qui est en vous. La respiration, le mouvement et le son vous accompagneront durant ce voyage à l'intérieur de vous. Dans cet esprit de sororité, venez célébrer votre féminité dans la joie, le plaisir, la spontanéité et la bienveillance ! Vous serez à l'écoute de toutes ces parties de vous m'Aime. Vous serez dans la conscience de toutes ces belles énergies créatrices qui vibrent en vous et qui ne demandent qu'à circuler comme un océan d'amour. Parfum de sensualité, venez respirer cette femme magnétique qui est en vous. J'ai hâte de vous rencontrer. Prévoyez des vêtements confortables, amples et un tapis




**Hélène Friart-Lamourette** : Analyste Psycho-Organique-sexothérapeute et sophrologue depuis 20 ans anime et co-anime des stages de Tantra. Elle est dans cette quête initiatique et a plaisir de transmettre toutes ces valeurs issues de la philosophie du Tantra. Apprendre à découvrir et à sentir cette énergie de vie si subtile qui circule dans toutes les parties de notre corps, quotidiennement et à travers le temps qui passe c'est aimer notre corps, le respecter et en prendre soin car il est notre meilleur ami. Elle enseigne l'art d'aimer et d'honorer son corps sacré et sa sexualité dans la sublimation de l'amour et de la spiritualité

[www.tantra-bordeaux.fr](http://www.tantra-bordeaux.fr)

[www.psychotherapie-gradignan-33.fr](http://www.psychotherapie-gradignan-33.fr)

### Initiation à l'art de la tisanerie

De 14h à 15h15 | 

Découvrez l'art de faire une tisane : de la cueillette des plantes à l'infusion. Ensemble, nous aborderons comment et quand cueillir les plantes, comment les faire sécher, comment préparer une tisane (vous verrez, ce n'est pas si simple :), comment assembler les plantes pour réaliser des synergies.




**Séverine Bosq** : Je suis productrice de plantes aromatiques et médicinales, cueilleuse et animatrice d'ateliers autour des plantes et de leurs utilisations.

J'ai créé la Ferme d'Hortélie en Gironde il y a 6 ans, aujourd'hui, la ferme est en cours de déménagement vers la Dordogne est deviendra la Ferme du Grand Cros. Sur la ferme, je produis des plantes aromatiques et médicinales et je pratique la cueillette sauvage. Ces plantes, je les transforme en différents produits : tisanes, mélanges culinaires, baumes, hydrolats...

Je suis également animatrice d'ateliers autour des plantes et de leurs utilisations depuis plus de 12 ans maintenant et je viens de créer La Tribu Des Cueilleurs, un organisme de formation pro autour des savoirs liés aux plantes.

tente rouge

De 14h à 15h15 | 

FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

atiananda.association@gmail.com • [www.festivaldufeminin.com](http://www.festivaldufeminin.com)

# Programme

## avec présentations des ateliers et des intervenantes

### Vendredi 21 avril 2023

#### RITUEL IN LAK'ESH DE CONNECTION ET D'UNITE

«RETOUR A LA SOURCE DU VIVANT»

De 15h30 à 16h45 |

On a parfois du mal en rentrant en connection avec soi-même et être en lien authentique avec l'autre et on se demande souvent pourquoi ? d'où viennent ces résistances ? ces peurs ? Prendre le temps de se poser, d'expirer, d'inspirer en conscience, de se ressentir, de se choisir, d'ouvrir son cœur, ses yeux, son intuition, s'autoriser à se connecter en profondeur à la douceur de son être, vibrer et se sentir vivante. Au travers du rituel «In Lak'esh» («je suis toi et tu es moi» en langue maya), librement créée et inspirée de la tradition védique tantrique, savourer la rencontre authentique avec cette «autre moi», expérimenter la beauté d'être une femme, l'universalité de ce lien devenu palpable qui nous lie au delà des pensées et des mots. Se révéler, se relier et s'offrir comme la rose offre son parfum au monde. Laisser la surprise, l'émotion, la joie et la gratitude jaillir comme un retour à la source du vivant, à la puissance de notre féminité, de notre sororité et de notre humanité.



**Sabine Chaloupy** est franco-canadienne. Elle est la créatrice de D.tox with love, retraites & expériences holistiques dédiés au laisser être, à l'écoute de soi, à la (re)découverte de ses ressources innées ; nourrir le vivant en soi avec une alimentation végétale vibrante, crue et détox, des ateliers infusant la conscience que se connaître et éclore à soi-même un peu plus chaque jour est la voie ultime. Formée aux principes spirituels du Sanatana Dharma auprès de Mata Amritanandamayi (Amma) depuis 25 ans, à la méditation «I am» et à de nombreuses pratiques chamaniques indiennes, sud et nord américaines, scénariste pour le cinéma, aspirante à la Wutao School de Bordeaux avec Delphine Lhuillier, Sabine conçoit et guide ses retraites depuis 2014 en France, au Portugal et au Maroc, comme autant de voyages initiatiques ayant pour vocation l'éveil de l'amour en soi, pour soi et pour les autres, l'amour comme force vitale de transformation en cette période de changement de paradigme. <https://dtoxwithlove.com>

#### BAIN SONORE ET VOYAGE MEDITATIF

De 15h30 à 16h45 |

Un bain sonore est une pratique dans laquelle Florence utilise un ensemble d'instruments permettant au corps d'atteindre un état d'harmonisation par le son. Les instruments utilisés sont associés entre eux afin de créer de merveilleuses harmonies et des vibrations tout autour du corps. Il va favoriser une relaxation profonde, apaiser le mental agir sur le stress et l'anxiété. Notre corps est fait de plus 65% d'eau et est réceptif au son. Le son a un effet bénéfique profond sur les organes, les tissus, les cellules ainsi que le système circulatoire, endocrinien et métabolique. Les vibrations touchent le corps à tous ses niveaux : physique, mental, émotionnel et spirituel.



**Suryachandra Flow ou Florence** : Je suis née en Chine, j'ai grandi dans ce pays magnifique et dans les voyages à travers l'Asie qui m'ont enseignée la connexion entre le monde, la nature et nous-même. Mon rêve d'enfant était de vivre de mon premier amour, la musique. Aujourd'hui je suis Professeure de Yoga, musicienne, chanteuse, sonothérapeute...Je me sens profondément connectée et pleinement nourrie par la force qu'apporte l'union entre le corps et l'esprit, la nature et nous et je la laisse me guider à travers mon chemin.

#### Pause tisane et douceur

À 17h00 |

FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

atiananda.association@gmail.com • [www.festivaldufeminin.com](http://www.festivaldufeminin.com)

# Programme avec présentations des ateliers et des intervenantes

## Vendredi 21 avril 2023

De l'organe à l'orgasme" Périnée et sexualité: comment ça marche?

De 17h30 à 18h45 |



Bla-bla conférence pour découvrir les pouvoirs de notre périnée afin d'aller vers une sexualité épanouie. En toute bienveillance, sans tabou, osons parler sexualité librement et sans jugement. Moment de partage et d'écoute sans complexe pour (re)trouver notre puissance.



**Maritchu** : Psychomotricienne spécialisée dans le périnée en conscience, réflexologue plantaire et énergétique, praticienne en EMDR et thérapeute de l'intime, j'accompagne les êtres à aller vers un mieux être. Par la porte des pieds pour libérer les émotions bloquées, le stress et les angoisses, par l'EMDR pour traverser un/des trauma.s, par la thérapie de l'intime pour oser aller vers une sexualité épanouie seul.e ou en couple et par le travail du périnée en conscience, méthode SAS® (Safe and Smart Abdominals), pour (re)découvrir son intérieur afin d'aller vers sa puissance. J'aime à dire que je suis une "ouvreuse de portes", une "allumeuse de lumières" afin que chacun.e (re)trouve son chemin

Constellations familiales

De 17h30 à 18h45 |

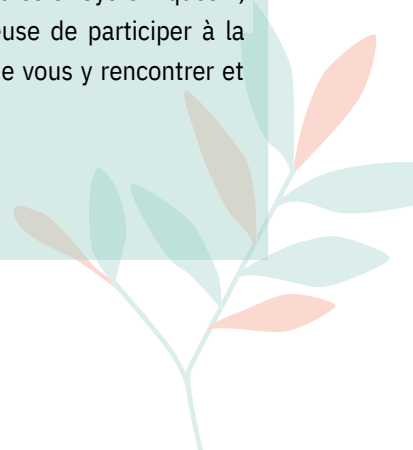


Conférence sur les constellations familiales et systémiques, en orientant la thématique sur les femmes (le travail sur la lignée maternelle, les maladies comme l'endométriose, la relation avec le parent et les conséquences de positionnement en tant que mère ou en "choix" de partenaire de vie...). Une petite pratique de "canalisation" d'énergie sera proposée pour que vous puissiez sentir comment l'énergie peut circuler lorsque vous êtes "représentante".

Cet atelier se déroulera dans un esprit d'échange et de partage, où chacune sera libre de poser des questions.



**Kyung Soon KIM**, Energéticienne. J'accompagne les femmes en quête de sens à se reconnecter à leur potentiel et leurs ressources pour Etre et Renaître à elles-mêmes. Je suis à vos côtés dans la prise de conscience de ce que vous avez en vous. Chaque séance est unique et adaptée à votre besoin. Nous prenons le temps de définir votre objectif ensemble, je vous propose de vous accompagner avec l'outil qui me semble le plus adapté : les soins énergétiques, les soins et voyages au tambour chamanique, et « Les Constellations familiales et Systémiques », un outil de thérapie brève. Je suis heureuse de participer à la deuxième édition du festival du féminin, de vous y rencontrer et d'échanger avec vous.





# Programme

## avec présentations des ateliers et des intervenantes

### Vendredi 21 avril 2023

Repas

19h | Repas proposé par Filipendule

#### Chants des Andes

Spectacle à 20h15

LUCERAS : Alice Parisi & Émeline Daudet : Elles chantent des coplas venues du nord-ouest de l'Argentine. Deux voix et quelques cajas pour partager ces chants andins qui racontent la vie, les relations, la Nature. Leur répertoire mêle des chants traditionnels et ancestraux aux compositions récentes d'auteures-compositeuses de la nouvelle génération. Lúceras nous emportent à travers leurs sonorités brutes aux harmonies délicates, vers un ailleurs suspendu, intemporel.



#### Duo féminin LUCERAS

Alice découvre le chant en 2012 alors qu'elle vit à Tucuman, la ville de Mercedes Sosa, au Nord-Ouest de l'Argentine. Elle fait partie du groupe Acoplase, ensemble de jeunes hommes et femmes qui se réunissent régulièrement pour chanter des Coplas et ainsi faire vivre les chants de leurs ancêtres. Elle y apprend dans ces cercles, l'histoire, le sens et les usages de la Copla. Elle est sensibilisée, aux côtés de ses amis des communautés andines, à la revalorisation et à la transmission de cette culture. On lui offre son premier tambour, appelé « caja ». Elle rentre en France et développe sa propre façon d'exprimer ces chants traditionnels et de raconter les histoires qu'on lui a transmises. De temps à autre, elle participe aux « piquetes », événements militants, ainsi qu'aux fêtes traditionnelles et cérémonies latino- américaines. Elle est la voix aiguë du duo Lúceras et chante en général les thèmes originaux des morceaux.

Émeline est née à Uzeste, village en constante ébullition artistique. Elle étudie tout d'abord le piano, puis se met à l'accordéon diatonique au contact de Marc Peronne. Elle fait partie de plusieurs groupes de musique et forme nalement en 2015 le trio de musique transatlantique Aguamenta, dans lequel elle joue et interprète ses propres compositions en français et en espagnol, aux côtés d'Etienne Balazard au violon et de Clothilde Pineaud aux percussions. Les sonorités et les rythmes d'Amérique Latine, terre où elle a vécu, sont les principales sources de son inspiration. Les coplas à deux voix lui permettent d'explorer encore plus en profondeur cette sensibilité musicale. Elle est la voix grave du duo et apporte la touche européenne, en y intégrant des harmonies et des arrangements.

En 2015, elles partent toutes les deux pour un été de musique en Andalousie, et décident à leur retour de créer le duo Lúceras.



FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

atiananda.association@gmail.com • www.festivaldufeminin.com

# Programme avec présentations des ateliers et des intervenantes

## Samedi 22 avril 2023

### Ouverture des portes

9h00

**ATELIER**

De 9h30 à 10h45 |

Je vous propose à travers cet atelier d'éprouver "cœur et âme" votre état de nature, votre essence profonde, votre "Soi Sauvage", à travers la rencontre puissante d'un Arbre-Maître ! C'est une plongée initiatique sensitive à laquelle je vous invite, une expérience immersive soutenue par l'Esprit de la Forêt qui se sera manifesté quelques jours avant ou le jour-même ! Tous vos sens seront sollicités, le voyage s'effectuera en plusieurs étapes, afin d'accueillir images, "mets" sages, enseignements et visions.

Car si, à l'image des plantes, les Arbres sont de grands guérisseurs, des corps physiques, psychiques et énergétiques, ils demeurent surtout de grands initiateurs spirituels, gardiens d'une sagesse du fond des âges. La forêt a en effet cette faculté de nous reconnecter à des parcelles lointaines et oubliées de nos humanités. Je serai là, simplement et humblement, pour faire le lien, de cœur à cœur entre vous et l'Arbre-Esprit qui se sera invité pour vous révéler la force de vos racines et la beauté de ce que vous avez à offrir au Monde.



**Marie Cochard**, se dit cueilleuse (de plantes sauvages), recueilleuse (de sagesse ancienne) et accueillieuse (de beauté et de magie). Héritière d'hommes et de femmes des bois de tradition celte, poétesse va-nu-pieds, elle entretient un lien privilégié avec la Forêt. Dépositaire des voies anciennes, elle communique avec les Esprits de la Nature et s'en fait porte-parole à travers la collection de 7 recueils Druidesse, dont elle est l'auteure et les macérats d'Arbres-mères qu'elle compose. Praticienne en sylvothérapie (bains de forêt) et gemmothérapie (remèdes à base de bourgeons), Marie invite à retrouver enfin à travers ses Cercles et Retraites au cœur de ses Landes natales, à renouer avec notre "Soi Sauvage". Le chant compte également parmi ses outils de prédilection. Il est pour elle la langue du cœur et l'une des plus anciennes médecines de l'humanité qui permet de communiquer avec les dimensions plus subtiles et de relier les mondes. Marie est heureuse de déployer sa mission : aider la sagesse ancestrale à s'ancrer sur la terre en se mettant au service de l'énergie de guérison.

[www.druidesse.fr](http://www.druidesse.fr)

### Le périnée, le socle de notre puissance

De 9h30 à 10h45 |



Dans cet atelier nous allons connaître nos périnées, son fonctionnement, comment prendre soin de lui et profiter de tout son potentiel. Comprendre son rôle dans notre respiration, dans notre posture, dans notre ancrage et dans notre plaisir féminin est la clé pour libérer l'énergie très souvent bloquée dans la zone du bassin (1er et 2ème Chakra). De la mécanique à l'énergétique, avec les bases de la méthode de Gasquet et du Kundalini yoga. Matériel idéal: tapis, coussin, vêtement amples, carnet et stylo.



@Anaka

**Nathalie Goldstein** pratique le yoga et la méditation depuis plus de 20 ans. Formée à la Fédération Française de Kundalini yoga et à l'institut de Gasquet, elle enseigne le Kundalini yoga et le yoga pré et postnatal dans différentes salles de Bordeaux et organise des stages en Gironde. Nathalie pratique également la réflexologie plantaire dans son cabinet à Saint Michel. Son enseignement est basé sur la bienveillance, l'écoute et la transmission d'outils pour mieux vivre le quotidien et favoriser un retour à un sens du Soi plus profond et authentique.

FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

[atiananda.association@gmail.com](mailto:atiananda.association@gmail.com) • [www.festivaldufeminin.com](http://www.festivaldufeminin.com)

# Programme avec présentations des ateliers et des intervenantes

## Samedi 22 avril 2023

### Broderie intuitive

De 11h00 à 12h15 |



Il s'agit d'un atelier de broderie accessible à toutes, lors duquel on dessine avec les fils de couleurs sur un tissu au choix. L'idée est de broder sans idée préalable, de se laisser surprendre par ce qui apparaît et de composer une image nouvelle et intime. Je transmets quelques points clés pour vous permettre de gagner en liberté et en variété. Je fournis le matériel (fils, aiguilles, cercles, tissus) mais il est possible d'apporter son propre tissu.



**Emeline Daudet** : Je me dis protéiforme, à la fois musicienne (notamment dans le duo Lúceras), plasticienne, enseignante (dans un collège alternatif depuis cette année). Je donne régulièrement des ateliers de broderie, de lino-gravure, de chant polyphonique dans le sud-gironde. J'aime transmettre et partager. Pour me sentir complète j'ai besoin de m'exprimer via plusieurs médium.

### DANCE FLOOR EXPANSION

De 11h00 à 12h15 |



Exploration, libération, régénération...et transformation, sont les lignes clé de ce pur moment de RECONNECTION ET JUBILATION sur un dance-floor nourris de morceaux electro, pop, groove sélectionnés soigneusement pour chaque différente phase de ce petit parcours intérieur et collectif. C'est une célébration de ce que tu es et une mise en route de ce que tu veux être. Sur mes mots et les morceaux, nous allons ouvrir, délier, révéler. C'est une remise à jour (reset) et un couronnement. Les phases sont comme des propositions sur lesquelles vous pourrez vous appuyer. Il y aura probablement un thème, comme une trame, en arrière plan. Ce thème me viendra quelques jours avant, en lien avec les énergies du moment, donc vous pourrez le sentir résonner en vous ou l'utiliser comme cela vous viendra...



**Lola Djeane** est à la base, danseuse, performeuse, comédienne, mais également psychothérapeute et psychologue clinicienne spécialisée dans la relation à soi et au monde notamment à travers ce que le corps formule et raconte. Elle a plusieurs vies déjà et se sert de son parcours atypique pour accompagner chacun/e dans son émancipation à travers l'expression et la prise de conscience corporelle, cela dans une approche très contemporaine, singulière, hors des sentiers battus. Elle se consacre dorénavant à ses projets de musique (auteure, interprète, compositrice au sein de Ohmybaroness).

tente rouge

De 11h à 12h15 |



FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

atiananda.association@gmail.com • www.festivaldufeminin.com

# Programme avec présentations des ateliers et des intervenantes

## Samedi 22 avril 2023

### Repas

12h30 | Repas sur place proposé par Filpendule

### Cycle de Femme, Cycle de Vie

De 14h à 15h15 |



Chaque période de vie nous invite à traverser des états d'être, des défis, des questionnements différents. Nos variations hormonales, au sein d'un cycle menstruel ou au cours d'un cycle de vie, nous font vivre de grandes fluctuations émotionnelles. Nous nous révélons alors femme multiple. Comment peut-on apprivoiser ce phénomène pour vivre confortablement dans nos corps, vivre sereinement nos relations avec notre entourage, ou encore mobiliser l'énergie appropriée à nos projets ? Mon propos s'adressera à toutes, menstruées, sans cycles, ou ménopausées. Pour celles qui le voudront, je pourrai aussi aborder la gestion naturelle de la fertilité.



**Aurore Renaudeau** est coach et thérapeute, son accompagnement est dédié à l'accomplissement du féminin. Il aborde la santé gynécologique, l'épanouissement intime à travers la relation et la sexualité consciente, la réalisation de Soi. Sa pratique utilise l'analyse transgénérationnelle, la PNL, la Symptothermie (gestion naturelle de la fertilité), la lecture archétypale du cycle menstruel, le Tao de la femme, les pratiques rituelles et énergétiques. Elle anime des stages, cercles de femmes et consulte en individuel. [www.wo-man-ly.com](http://www.wo-man-ly.com)

### Faire des « Sophro-Pauses », un rituel pour rétablir votre énergie !

De 14h à 15h15 |

Le sentiment que le temps passe vite est commun à beaucoup de femme. Nous enchaînons les activités, pro et perso, les unes après les autres sans s'accorder des pauses. A force de courir, de toujours rester connecter, la fatigue se fait ressentir et nos actions ne sont pas toujours menées à bien. L'atelier de sophrologie que je propose, est une invitation à la pratique de « sophro-pauses » qui permettent, à la fois, de récupérer de l'énergie et de la préserver, de prendre du recul, de retrouver l'équilibre émotionnel, de diminuer le stress et de se préparer à ce qui vient.

Je vous transmets quelques clés aidantes pour faire de vos pauses, un rituel dans votre quotidien de femme.



**Laurence Fillat** : je suis sophrologue. Ma rencontre avec la Sophrologie s'est faite dans le but d'améliorer mon quotidien. Puis, de par mon intérêt pour l'humain et la relation d'aide, j'ai choisi naturellement de suivre une formation de sophrologue. J'ai aussi enrichi ma pratique en me spécialisant dans différents domaines en lien avec mon parcours ( Stress, Burn-out, Entreprise, Maternité, Enfants / Ados, ). Ce qui m'anime aujourd'hui, c'est de créer des ateliers à thème, d'accompagner en individuel ou en collectif et de transmettre les clés de la méthode pour que chaque individu puisse atteindre son objectif et s'épanouir

<https://laurence-fillat-sophrologue-bordeaux.fr/>



tente arc-en-ciel

De 14h à 15h15 |

FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

atiananda.association@gmail.com • [www.festivaldufeminin.com](http://www.festivaldufeminin.com)

# Programme avec présentations des ateliers et des intervenantes

## Samedi 22 avril 2023

### YIN YANG YOGA Une pratique pour rééquilibrer vos polarités

De 15h30 à 16h45 |



Le Yin Yang Yoga est une invitation à explorer nos deux polarités : féminine & masculine. Dans une première partie solaire et dynamique pour inviter cette énergie Yang à circuler, où on entre et sort des postures au rythme de notre Souffle. Une deuxième partie Yin, lunaire et lente, où le corps est encouragé à se relâcher complètement dans des postures immobiles et relaxantes. Suivie d'une méditation guidée pour vous autoriser une pause.

Un atelier pour vous permettre de rééquilibrer vos énergies.



**Anna Géricot** : Professeure de Yoga à Bordeaux et dans le Nord des Landes. Grande voyageuse dans l'âme, j'accompagne les Femmes dans leur exploration intérieure au travers du Yoga, des Cercles de Femmes et de soins holistiques. J'enveloppe mes propositions de douceur, de lenteur avec des temps de silence, pour vous permettre de vous reconnecter à votre Silence Intérieur.

<https://vanarayoga.fr/>

### Cercle de Chant intuitif

De 15h30 à 16h45 |



Venez vivre un CERCLE DE CHANT INTUITIF ! Laissez votre voix chanter ce qui lui vient...dire en son ce qu'elle a à dire... Laissez-vous guider par la Vie et votre instinct... Laissez ces sonorités s'unir à celles des autres... Partez en voyage à l'écoute de vous, à l'écoute des voix des autres... Assises en cercle, sur des coussins au sol, autour des petites percussions et tambours amérindiens, nous commencerons par prendre un temps de connexion à Nous, à notre souffle et à nos vibrations sonores, ainsi qu'aux autres personnes présentes. Puis, guidées par le son de mon tambour et de ma voix, je vous proposerai de me suivre un temps sur des tonalités et des chants ancestraux de la Cordillère des Andes. Enfin, viendra le moment du cercle de chant libre et spontané où chacune sera amenée à explorer sa propre voix et expression vocale, tout en restant en résonance avec les Autres. Bienvenue à vous toutes comme vous êtes, et à vos voix comme elles sont !



**Alice Parisi** : Je suis une passeuse, une connecteuse, une semeuse ! J'ai longuement vécu en Amérique du Sud où j'ai poussé des racines, trouvé un clan, découvert des traditions que j'emporte avec moi partout : la musique et le chant, le tambour, l'art de vivre ensemble, d'honorer la nature, les ancêtres, de se réunir en cercles de femmes... Par ailleurs j'ai été enseignante, je suis formée à la CNV (Communication NonViolente) et je me forme actuellement à la musicothérapie. Aujourd'hui, en plus de la musique que j'offre en concerts au sein du groupe Lúceras notamment, je propose des ateliers et accompagnements individuels pour se libérer par la voix, prendre soin de soi par le son, oser s'exprimer, trouver et laisser émerger sa propre vibration... J'offre aux autres ce qui me fait vivre et fait battre mon cœur : la transmission, la musique et la dimension thérapeutique.

### Pause tisane et douceur

À 17h00

# Programme

## avec présentations des ateliers et des intervenantes

### Samedi 22 avril 2023

#### La respiration comme moyen d'expansion

De 17h30 à 18h45 |



La respiration est notre plus grande alliée.

Elle est à l'origine de la vie, du mouvement, de l'expansion et nous accompagne jusqu'à notre dernier souffle. Bien qu'involontaire nous pouvons être à son écoute et l'intégrer comme un véritable accompagnement d'autoguerison.

Dans cet atelier nous mettrons de la conscience dans notre respiration et verrons quelques outils afin de la moduler.

Nous aborderons la notion de temple sacré dans la respiration, du mouvement, du bien-être physique Et mentale qu'elle procure... Tout ceci à travers un atelier dans l'immobilité et le mouvement, avec quelques notions théoriques (4 diaphragmes entre autres) et beaucoup d'intuition et d'écoute de son corps.



**Solène Aristizabal** est ostéopathe dans le sud gironde, proche de Langon (Bieujac). Son élan de femme, d'ostéopathe et de maman l'incite chaque jour à accompagner les femmes (et l'humain en général) vers une re-connexion à leur corps ainsi qu'à leur puissance. Elle a eu l'occasion d'accompagner des grossesses au sein d'une maison de naissance en vue d'un accouchement physiologique, lieu où elle a elle-même accouché. Ses expériences personnelles et professionnelles l'ont amené sur le chemin de l'écoute du corps et de ses besoins. Elle encourage à avoir une meilleure connaissance de son corps comme moyen d'empuancement et a pensé son atelier dans ce sens, comme un prolongement de ses séances.

#### Colère, peur, honte, tristesse, culpabilité : comment mieux vivre nos émotions limitantes ?

De 17h30 à 18h45 |



Gérer ses émotions, c'est très 2010 ! Vivre avec ses émotions, c'est plus 2023 ;) Nos émotions sont des messagers importants de notre vie intérieure, dont nous accusons mal le message quand il s'agit de ressentir celles qui nous limitent : colère, peur, tristesse, culpabilité, honte. Apprendre à les accueillir et les comprendre est la clé pour une vie intérieure apaisée, harmonieuse et respectueuse. Dans cet atelier, nous ferons connaissance avec elles, nous apprendrons à décrypter leurs messages et à développer une réponse adaptée. Les participantes pourront venir avec un stylo et un carnet.



**Doriane Petit** : Hypnothérapeute et formatrice depuis 2006, je développe une expertise sur la prise en charge des traumatismes, des deuils et des addictions par l'hypnose. Je découvre ainsi qu'à la racine de toutes nos problématiques se trouvent des émotions non assumées, non digérées. C'est ce qui me donne aujourd'hui envie de partager avec les participantes un atelier sur le thème des émotions.

# Programme avec présentations des ateliers et des intervenantes

Création éphémère - Performance

Samedi 22 avril 2023

Suivie d'une célébration en cercle et à l'unisson de Chant du souffle

## Repas

19h | Repas libre en auberge espagnole

### Wutao, éveiller l'âme du corps

Spectacle à 20h15

Le Festival du féminin, avant de voyager dans toute la France et de réaliser un tour du monde, est né en à Paris en 2012, sous l'impulsion et l'impulsion de femmes nourries à la sève du Wutao. En déployant l'onde du Wutao, en libérant le Chant du souffle, des forces de créativité, de reliance et de réalisation se sont imposées, comme la réponse à un appel de l'âme à la fois si intime et si lointain... mystérieux. Impérieux. Ce soir, pour célébrer et honorer cette 2ème édition du Festival du féminin à Bordeaux, Delphine Lhuillier, cocréatrice du Festival du féminin et formatrice en Wutao, guidera le déploiement de l'onde, accompagnée par plusieurs « artistes » du Wutao. Laissez-vous imprégner pour entendre à votre tour l'appel de votre âme et répondre à l'accomplissement de votre destinée...



### Chant du souffle, chœur de femmes, à l'unisson

Notre respiration recèle des trésors, de transe et d'extase. D'empreintes et de mémoires. De sensible et de puissance. Elle nous permet d'être traversé-e et de traverser. D'insuffler la vitalité et la joie au cœur de chaque cellule. De révéler ce qui est. Partageons et célébrons ce soir en cercle et à l'unisson le Chant du souffle. Un art qui nous invite à nous libérer de nos tensions et de nos peurs. À entrer dans une nouvelle qualité de présence à nous-même. Nous allons jouer avec notre respiration comme on joue de la musique, partager une expérience, connectées ensemble par le souffle. Timide, triste ou enthousiaste... quel que soit là où vous en êtes, si vous ressentez un élan, venez, cette soirée est accessible à chacune d'entre nous, car elle nous rappelle la puissance de ces temps primordiaux et immémoriaux où les femmes communiaient avec le monde sensible et l'univers.

[www.wutao.fr](http://www.wutao.fr)

<https://www.youtube.com/watch?v=LW3PSuviet0&amp;t=50s>  
<https://www.youtube.com/watch?v=dy3paxARr2o&amp;t=2s>



Le Wutao est un art du geste contemporain, une voie évolutionnaire fondée sur la restauration d'une onde dans la colonne vertébrale, la libération des fascias et du souffle. Sensible et sensorielle. C'est sortir de la domination et de l'exploitation de notre corps en entrant dans une écoute intérieure. S'ancrer, se défroisser et se structurer. C'est répondre à l'appel du mystère. S'ouvrir à la joie simple d'être vivant-e. L'âme du corps s'éveille. La beauté s'invite. Et avec elle, l'intuition de l'éternité.

FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

atiananda.association@gmail.com • [www.festivaldufeminin.com](http://www.festivaldufeminin.com)

# Programme

## avec présentations des ateliers et des intervenantes

### Dimanche 23 avril 2023

Ouverture des portes

9h00

ATELIER CHANT VOIX  
CORPS : explorer sa voix  
entre Femmes



De 9h30 à 10h45 |

Entre jeux vocaux et chansons (françaises et africaines) cet atelier vous invite à oser votre voix, à oser chanter, prendre votre place tout en douceur au sein du groupe et à exprimer vos couleurs dans la joie et la bienveillance. Inutile de savoir chanter pour participer à l'atelier. Voix-là !



#### **Marine Brousset,**

Coach vocal, chant-thérapeute et artiste, j'accompagne les Femmes en cheminement personnel à chanter librement, à parler en public avec assurance et à se réconcilier avec elles-mêmes pour prendre leurs places et déployer leurs joies !

### À LA RENCONTRE DE VOTRE FEMME MEDECINE

De 9h30 à 10h45 |

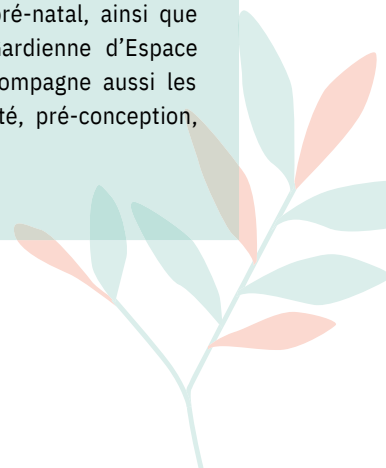


Avec l'aide du tambour (ou d'autres sons), je vous invite à plonger dans un état méditatif profond. Les visualisations et les sensations sont au coeur de cette expérience. Ce voyage guidé, comme un rêve lucide, vous invite à rencontrer les ancêtres des traditions du monde. À explorer les origines de votre être, de votre essence de femme. À entamer le chemin de guérison de vos espaces intérieurs qui ont été abîmés. À recevoir les enseignements des ancêtres, et l'initiation à votre médecine intérieure personnelle. Chacune de nous porte en elle une médecine qui lui est propre. Cette expérience vous propose de vous y reconnecter pour incarner pleinement qui vous êtes.



**Aurèle Périat-Arabeyre alias BARBOKA** est Thérapeute holistique et Doula post-natal. Formée au chamanisme par la FSS (Foundation for Shamanic Studies), elle le pratique depuis 7 ans et le transmet depuis 4 ans . Aujourd'hui, elle propose des séances individuelles avec des « accompagnements vers soi », des soins holistiques-chamaniques, des ateliers de groupe, des cercles de femmes, des massages chantés et pré-natal, ainsi que des stages et des transmissions (Gardiennne d'Espace Sacré, Rebozo, Soins d'Isis). Elle accompagne aussi les femmes et les couples en périnatalité, pré-conception, conception, grossesse et post-natal.

Facebook : [Barboka](#) [www.barboka.fr](http://www.barboka.fr)





# Programme

## avec présentations des ateliers et des intervenantes

### Dimanche 23 avril 2023

#### Développer son intuition grâce aux pouvoirs des plantes



De 11h00 à 12h15 |

Cet atelier est une introduction à l'observation sensible du vivant. Lorsqu'on prête l'oreille, on se rend compte que les plantes sont bavardes. Leurs formes, leurs couleurs, l'énergie qui se dégage d'elles sont autant de manifestations qui agissent sur nos perceptions. On peut se retrouver hypnotiser par l'une d'elle, repoussée ou encore apaisée juste en étant en présence. Que nous disent-elles du monde qui nous entoure ? Que nous révèlent-elles sur nous ? Comment peuvent-elles nous aider ? Par une approche sensible du monde végétale, vous serez invitées à plonger au cœur d'une plante ou d'un arbre, à sentir ses vibrations, à laisser parler vos ressentis, votre intuition, à effleurer une méthode de connexion et de compréhension au monde qui vous entoure.



**Sokhna Cauvin** est praticienne en médecine traditionnelle chinoise – massage énergétique TuiNa et Pharmacopée occidentale. Titulaire d'un master en coordination de projet dans le champ de la solidarité, elle a travaillé dans le soin et l'accompagnement social au sein d'une association militant en faveur de la santé sexuelle. Formée à la médecine chinoise, elle s'est spécialisée en pratiques manuelles. Le massage est devenu son principal outil thérapeutique. Passionnée par les plantes médicinales, elle a étudié les simples par le biais de méthodes d'observation sensible, approche qu'elle souhaite partager largement en accompagnant des petits groupes lors de sorties en nature. Elle intègre aux consultations ces partenaires végétaux pour traiter les maux du quotidien, en particulier pour accompagner les femmes dans chaque étape de leur vie.

#### L'art du Wutao ou éveiller l'âme du Corps

De 11h00 à 12h15 |



Comment nous réconcilier avec nous-même et réaliser notre unité ? Comment à la fois nous ancrer et déployer nos ailes ? Notre corps agit comme un guide bienveillant quand on apprend à l'écouter. La pratique contemporaine du Wutao® (prononcé Woutao) nous invite à cette reconnexion. Dans ce qu'elle a de plus sensible, de plus beau et de plus fort. À l'origine du mouvement, une onde. Elle nous accompagne depuis notre conception, mais en grandissant, nous la perdons. Elle nous échappe. Notre chemin est donc de la retrouver, de nous y reconnecter, comme si l'on se reconnectait à l'univers, à la vie. Wilhelm Reich l'appelait « onde orgastique ». Elle nourrit l'ouverture du cœur et épanouit notre mental. Cette alchimie mise en mouvement, l'âme eurt. Entrez dans l'expression vivante et sensible de votre douce puissance. Juste vous. Votre essence.



**Delphine Lhuillier** est ethnologue de formation. Responsable éditoriale de generation-tao.com, elle a participé à la création du Centre Tao Paris et est également formatrice en Wutao®. Elle est cofondatrice des Festivals du Féminin® et du Féminin-masculin® qui ont désormais acquis une dimension internationale. Auteure du coffre-jeu « Tribal Tarot » (Le Souffle d'Or) et « Le féminin sans tabou » (Eyrolles) ;

tente rouge

De 11h à 12h15 |



Repas

12h30 | Repas sur place proposé par Filipendule

FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

atiananda.association@gmail.com • www.festivaldufeminin.com

# Programme

## avec présentations des ateliers et des intervenantes

Dimanche 23 avril 2023

### Cérémonie Cacao & Chant Médecine



De 11h00 à 12h15 |

Célébrer le retour du Soleil & l'Amour. Grâce au Cacao, activer l'amour de soi, la compassion & le pardon. Apporter de l'amour, ramener de l'harmonie, se reconnecter à sa vérité, à son essence. Cacao Cérémonial Rituel & Méditation Chant Médecine (chanté par Alice Parisi) Intégration Matériel : ton tapis, un châle/couverture, ta tasse préférée, ton carnet



**Julie Harter** : Yoga, massages, sonothérapie, Ateliers et Cérémonies. Mon truc à moi, c'est le majeur en l'air, le "Mudra Fuck" ! C'est d'abord légitimer le fait de penser à soi, d'arrêter de se plier aux exigences des autres, d'arrêter de faire plaisir à l'autre. C'est une impulsion, un mouvement vers ce dont tu as besoin ici et maintenant. Retrouver en soi l'union sacrée des émotions, des rêves, de l'intuition, et de l'énergie du mental, de la pensée, de la sécurité, de la protection: ça commence par dire stop à ce qui ne nous met pas en joie."

### Voyage chamanique et danse médecine

De 11h00 à 12h15 |



Un voyage chamanique pour vous inviter à vous connecter aux qualités de la femme que vous voulez incarner. Je vous accompagnerai avec les tambours chamaniques, le chant et les histoires canalisées sur l'instant pour que vous puissiez libérer ce qui n'a plus lieu d'être et récupérer les parties de vous mêmes prêtes à vous accompagner. Nous terminerons l'atelier en dansant la joie des retrouvailles avec la magie des éléments.



**ANMA** : Praticienne chamanique, j'accompagne les adolescents et les adultes avec les Recouvrements d'âme, les Extractions chamanique, la canalisation des histoires et des mémoires de l'âme. Initiée aux voyages chamaniques depuis 2001, aux rituels amérindien au Québec et aux Histoires de guérison en Amazonie Péruvienne, je me suis formée aux techniques de Core Shamanism de Michael Harner auprès de Laurent Huguelit en 2010 en suivant le cursus complet de la foundation for shamanic Studies. J'oriente aussi ma pratique autour du soutien à la maternité (périnatalité, PMA, grossesse ..) et la prise en charge des traumatismes (violences sexuelles, deuil périnatal, mémoires transgénérationnelles ..)  
[www.anmalataste.fr](http://www.anmalataste.fr)

# Programme avec présentations des ateliers et des intervenantes

## Dimanche 23 avril 2023

### Cercle de Parole

De 14h à 15h15 |



Pour ce dernier atelier, on vous proposera un temps de parole pour échanger autour de ce que vous avez vécu pendant ces quelques jours ensemble. Un temps d'échange, d'écoute, de douceur, pour déposer votre vécu afin de repartir plus légère à la maison.



### Cérémonie de Clôture à 17H avec Emmanuelle Cueff

#### Concert Mantra & Lumière

Réunissons nous autour et au Coeur des Chants Sacrés dans l'authenticité, la joie et l'Amour.

Célébrons ensemble la puissance et la Magie révélatrice du Joyau de la Conscience dans le chant collectif.

Le Yoga du Son n'a pas de frontière, il est profondément Universelle

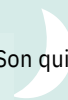
Il nous ramène à l'origine du Son, avant même l'émergence de toutes formes de religions, traditions, voies ésotériques et spirituelles.

Alors lorsque les différentes voies font le pas de se rencontrer, elles laissent émerger les ponts subtils entre les unes et les autres qui ramène vers l'Unique.

Alors lorsque les femmes que nous sommes, différentes et semblables à la fois font le pas de se réunir, la puissance de l'Union déploie ses ailes. L'Alchimie des retrouvailles opère de sa magie révélatrice et met en Lumière la reliance entre toutes et le potentiel immense de création individuellement et collectivement. Alors Célébrons !

### CORPS et SONS de l'Energie du Flow à la Conscience Vers l'Eveil Mantrique

De 14h à 15h15 |



Plongez dans un Yoga du Son qui vous fera voyager de l'organique au céleste.

Explorer cette guidance dans le flow du corps, ou chaque mouvement sera couplé au Son qu'il soit vibrer, murmuré, soufflé ou intériorisé. Gouter alors aux effets des énergies nées du couple corps et sons par la voie du souffle, de la présence et de la reliance. D'un corps qui danse à un corps qui se laisse danser. Du mouvement que l'on initie au flow spontanée retrouvé.

La pratique se sacralise dans le Son, la Vibration et se raffine plus la pleine présence s'installe. L'Être se dépose prêt à la rencontre, celle du MANTRA qui jaillit de l'instant. Émergence du chant du Coeur porté et élevé par l'énergie du collectif vers l'espace illimité de Méditation.



**Emmanuelle Cueff**, Enseignante de Yoga du Son et de Tantra Yoga, elle enseigne le Son Sacré à travers les différents plans de l'être, la reconnaissance en soi du frémissement, de la vibration spontanée, de la fluidité qui nous ramène vers l'état initial d'Ouverture du SOI. Alors peuvent être libérer et se vivre les potentiels créateurs de chacunes et chacuns.

À travers l'énergie du flow, l'Art du souffle tantrique, la puissance vibratoire des sons mères jusqu'aux Mantras, les enseignements qu'elle vous partage sont de ceux qui mènent vers l'espace illimité de la Méditation et éveillent nos consciences.

Elle transmet son Amour du Yoga du Son et du Tantra de la Reconnaissance et de l'Éveil spontané.

Initiée au TAO par Maître Tu Yuan Jian en Dao Yin et Tai Chi, et au Yoga du Son par Patrick Torre, c'est en partie au côté de ce dernier qu'elle enseigne au sein de l'Institut des Art de la Voix et de l'Institut de Tantra Yoga. Elle plonge au coeur des lignées tantriques Pratyabijña & Spanda, Kaula, et suit les enseignements de Daniel Odier.

## Espace massage

Pendant le Festival vous aurez accès librement à un espace massage

### SOKHNA CAUVIN

Praticienne en massage TuiNa  
à Pessac et Lignan-De-  
Bordeaux

Instagram sokhna\_cauvin  
Facebook : @sokhna.cauvin



### VERONIQUE THOUIN

Praticienne en massage TuiNa  
à Pessac



### L'espace massage

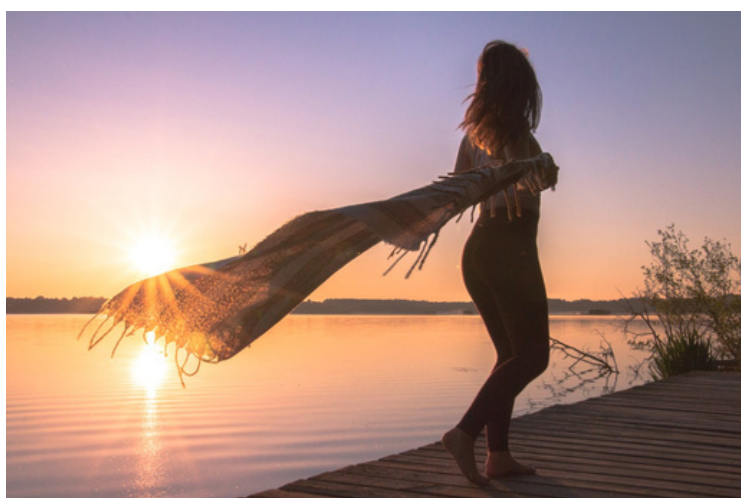


Le massage offre une pause, un temps à soi. Il permet de se connecter à son corps et de mettre en lumière son état physique et émotionnel, de repérer des dysfonctionnements. Le massage An Mo Tui Na est l'un des cinq trésors de la médecine chinoise. Il regroupe un large éventail de techniques qui permettent de libérer les tensions musculaires, de faire circuler les fluides, l'énergie « Qi » et d'harmoniser les fonctions organiques. Les bénéfices sont immédiats. La personne se sent dynamisée et dans un profond état de détente. Sur chaise ou sur table, habillée ou déshabillée, avec ou sans huile venez vous faire chouchouter par Véro et Sokhna durant les trois jours de festival. Prix libre et conscient



## Les artistes qui nous accompagnent

Pour capturer ces moments précieux il y aura :



@delabeautepartout

Mélanie Aubert est photographe et nous accompagnera durant tout le festival pour immortaliser chaque instant.

Mélanie Aubert

Mes différentes propositions d'accompagnement sont regroupées sous le nom "de la Beauté, partout".

J'aime accompagner les personnes à Recontacter, Révéler et Rayonner la Beauté. Celle qui est présente en eux, celle qu'ils émanent sans le savoir, celle de leurs idées, de leurs projets et celle du monde qui nous entoure. Pour moi la Beauté va au-delà de l'esthétisme : c'est l'élan de vie qui vibre naturellement en toute chose. Quand on permet à cette puissance de circuler librement, naturellement, elle inspire, elle sert à celles et ceux qui auraient besoin et elle œuvre pour l'harmonie globale du monde, juste en étant ce qu'elle est. J'accompagne les personnes, les groupes, à accéder à cette Beauté, à leurs Ressources, pour le bien de toutes et tous, à travers une approche humaniste, mes outils, mon savoir-faire et savoir-être. Mes propositions sont regroupées selon trois axes : Recontacter la Beauté par le Corps, Révéler la Beauté par la Photographie et Rayonner la Beauté de vos Projets.

Pour en savoir plus : [delabeautepartout.com](http://delabeautepartout.com)

### Révéler la Beauté du festival en photographie

Capter les moments précieux du festival. C'est ma mission principale. J'effectuerai un reportage photo de l'événement, en toute discrétion, dans le respect de l'intimité et des limites de chacune.

Proposer des portraits à tarif préférentiel. Pendant quelques moments choisis, j'offrirai la possibilité d'avoir une courte séance photo individuelle pour celles qui aimeraient bénéficier de ma présence pour avoir une nouvelle photo d'elles, baignée des belles énergies du festival.



## Comment s'organiser

### Un peu de logistique...

#### Pour venir

67 chemin du Bord de l'Eau  
33360 Latresne

#### Comment vous y rendre ?

#### Depuis la Gare Saint Jean de Bordeaux :

- 15 min en voiture (parking sur place) : covoiturage possible
- 25 min en vélo

#### Depuis Stalingrad :

- Bus 501 (descendre au rond point du 5 décembre) + 5 min à pied

### RÉSERVATION

Réservez votre place directement sur la billetterie :

<https://www.helloasso.com/associations/atiananda/evenements/festival-du-feminin-de-bordeaux-2023>

### STAND

Vous aurez à disposition des stands tenus par des femmes artisanes, vous pourrez découvrir leur savoir faire et leurs produits.

Retrouvez les sur Instagram :

- Karine Dubois avec artisanat\_sauvage
- Mathilde Amoros avec mathildart\_creations
- Emma Nugraha avec emma.enchanteuse
- Marie Cochard avec druideesse
- Aurore Renaudeau avec aurore\_renaudeau
- Librairie Pégase avec librairiepegase



### Commande des repas

Vous pouvez commander vos paniers repas cuisinés par Filipendule directement sur notre billetterie (commande des repas jusqu'au 17 avril). Les menus apparaissent dans la prochaine page.

#### Filipendule, « Nourrir le Vivant en soi » :

Traiteur en Alimentation végétale, vivante et locale. Cheffe privée. Retraite, stages, ateliers et transmission.

Engagée dans une démarche éco-responsable, pour le respect de la saisonnalité, l'économie locale et la préservation du vivant, je compose avec l'abondance végétale pour nourrir l'Être sur tous les plans.

Inspirée par le vivant, la Crusine est une voie d'expression créative et gourmande offrant une nourriture saine et physiologique, et permettant la revitalisation et la régénération de l'organisme. Un retour à notre nature originelle.

Jessica Gaillard

filipendule@ecomail.fr



## Menu proposé par Filipendule

### Vendredi / Samedi midi

#### Vendredi soir :

##### Grande assiette complète composée : 11€

- Taboulé libanais de quinoa, aux légumes de saison
- Mafé de pommes de terre et céleri
- Houmous à la carotte
- Craquelins
- Frawmage frais de tournesol
- Salade aux graines germées

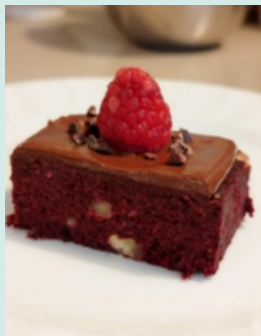
#### Samedi midi :

##### Grande assiette complète composée : 11€

- coleslaw de chou rouge et betterave
- palet de carottes aux herbes fraîches
- taboulé de chou-fleur aux amandes et haricots mungo germé
- crème de patates douces
- crukers
- salade verte et graines germées

#### Dessert ou collation : 4€

- carrot cake aux zestes d'orange et gingembre



### Samedi soir / Dimanche

#### Samedi soir :

Repas en auberge espagnole

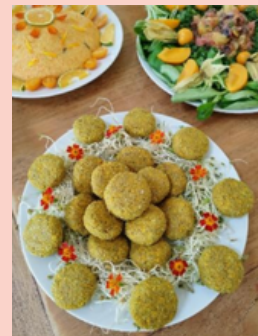
#### Dimanche midi :

##### Grande assiette complète composée : 11€

- salade de sarrasin germé et carottes à l'orange
- croquettes de céleri rave aux noix
- salade de chou blanc et pois chiches germés à la wakamé, Tamari et sésame
- tartinade de betterave au cumin noir
- craquelin
- salade verte et graines germées

#### Dessert ou collation : 4€

- crupote banane spiruline, crème d'amande au cacao cru et crumble poire, sarrasin et graines de courges



# Informations pratiques

---

Le Festival du Féminin a hâte de partager ce moment de sororité avec vous.

Un grand merci à nos intervenantes, bénévoles et partenaires.

QUE L'AVENTURE INTÉRIEURE PRENNE PLACE !



## *Un partage à travers le monde entier*

En Amérique du Nord : QUÉBEC • ARIZONA avec Ho Rites de passage

En Amérique Latine : BOGOTA (COLOMBIE) • MEXICO (MEXIQUE)

En Asie : BANGKOK (THAÏLANDE) • SINGAPOUR • KUALA LUMPUR (MALAISIE) • HONG KONG • SHANGHAI (CHINE) • JAKARTA (INDONÉSIE) • AUROVILLE (INDE) • MUMBAI (INDE)

En Afrique : CASABLANCA (MAROC) • NAIROBI (KENYA)

Après l'aventure des Festivals du féminin, les Festivals du Féminin-Masculin® :  
GRENOBLE •

LYON • RENNES • SIORAC-EN-PÉRIGORD • CHORGES (ALPES DE HAUTE-PROVENCE) •  
QUÉBEC • GUADELOUPE

Retrouvez le calendrier de toutes les éditions des Festivals, les programmes et les archives sur le site

officiel du Festival du féminin : [www.festivaldufeminin.com](http://www.festivaldufeminin.com) et sa page facebook :  
[www.facebook.com/festivaldufeminin](http://www.facebook.com/festivaldufeminin)



*Atiananda*

---

FESTIVAL DU FÉMININ DE BORDEAUX

[atiananda.association@gmail.com](mailto:atiananda.association@gmail.com) • [www.festivaldufeminin.com](http://www.festivaldufeminin.com)

