

Festival **RESPIRE**



PRENDRE SOIN DE SOI, DES AUTRES & DU MONDE

17-18
juin
2023



Mesquer
Château de Tréambert

**Dossier
de presse**

festival-respire.com





L'INTENTION

Dans notre monde complexe en évolution rapide, les repères vacillent. Il nous apparaît aujourd'hui essentiel de trouver des ressources individuelles et collectives pour faire face à la situation et aux changements en cours. Et pour cela, de créer des espaces d'échanges vivants entre nous. L'intention de notre festival est de développer une conscience responsable pour prendre soin de soi, des autres et du monde, et voir les changements que nous traversons comme des opportunités de grandir ensemble. Ensemble, activer nos potentiels, nous élever et nourrir l'espoir d'une Vie pleine de sens et entière et laisser éclore le Meilleur de Nous même

LE LIEU

Situé en Loire-Atlantique, au nord de la presqu'île de Guérande, connue pour ses petits ports de pêche animés, ses jolies plages sauvages et ses curieux paysages de marais salants.

le site de Tréambert vous accueille entre Terre et Mer, à 13 km de la Baule, dans un écrin de verdure, à l'ombre d'arbres millénaires, loin de toute agitation urbaine.

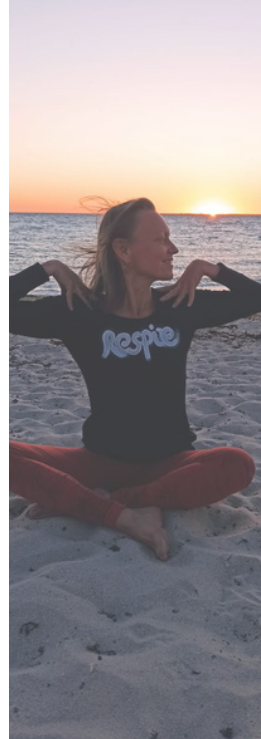
Pour réserver vos hébergements : <https://www.touristravacances.com/fiche-etablissement/saison-ete/mesquer-le-chateau-de-treambert>



LE PROGRAMME

- Relation à soi : méditation, yoga, sophrologie...
- Relation à l'autre (couple, famille, travail) : communication bienveillante, méditation et art thérapie en famille
- Relation à la nature : rando nature, ecoresponsabilité ,
- Relation à l'art : art thérapie, danse, chant...

Chaque participant est invité à composer son programme à la carte, selon ses besoins, en choisissant parmi les différents ateliers, conférences et animations.



L'EQUIPE, SES VALEURS

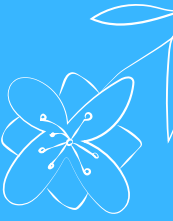
Ce festival est organisé par une bande d'amis rejoints par 40 intervenants , tous bénévoles et assez fous pour se lancer dans cette aventure, ce petit pas pour prendre soin de nous et de notre planète ...

Nous avons un fort élan commun à partager des valeurs qui nous sont chères (le partage, l'interdépendance, le lien, la présence...), dans un esprit convivial et festif.

LE FESTIVAL EN CHIFFRES

- 150 festivaliers en 2022
- 40 intervenants
- 80 ateliers





les media

OUEST FRANCE

<https://www.ouest-france.fr/pays-de-la-loire/mesquer-44420/un-bon-bol-dair-au-festival-respire-24b2db54-e9a8-11ec-b294-070e031cc6fc>

FREQUENCE PROTESTANTE

<https://frequenceprotestante.com/events/entre-le-corps-et-lesprit/>



les intervenants

"Merci pour cette 1^{ere} qui fut une réussite. 2 jours inoubliables de paix, de joie et d'amour. des propositions magnifiques, de la bienveillance, des sourires, de la danse, de la musique et de la profondeur. De quoi se ressourcer longuement!

Valérie, professeur de Biodanza

Merci à Chacun et à Chacune pour ces grands moments de Joie intense, cette reliance de cœur à cœur si puissante qui vibre encore en moi....

Une première édition extraordinaire ! Vivement la 2^{ème} !!!

Cécile, formatrice en communication bienveillante

"Magie- gnifique " Festival Respire une trace indélébile tout près du de tout ces instants précieux partagés. Bravo et merci du cœur a cette belle bande de conscience de toute la belle énergie déployée pour nous rendre reliés tous ensemble dans la joie et au centre du vivant

Catherine Rivalant, intervenante de méditation de Pleine Conscience

les festivaliers

"Merci pour ce fabuleux weekend, riche en rencontres, en émotions et en partages ! Un festival bienveillant et chaleureux Au plaisir de venir vivre de nouvelles aventures humaines"

Matteo

"Présente le samedi. C'était vraiment chouette. Impression d'être sur une autre planète. Des sourires et de la bienveillance partout. Des ateliers étonnants et riches en rencontres. Des intervenants au top, tout dans la simplicité et la joie."

Véronique

"Présente le dimanche. Mille mercis à tous. Que du bonheur sur cette planète où ont régné la joie la bienveillance et le respect. J'espère venir tout le week-end l'an prochain"

Laurence

"Un très très grand merci à tous... Que de sérénité et respect, bienveillance...Je ne suis pas encore redescendue, je souhaite maintenir pour diffuser, partager donner envie de voir autrement RESPIRER LA JOIE..."

Claire

"Gratitude à l'équipe organisatrice, aux intervenant.e.s, aux bénévoles et aux participant.e.s pour ce chaleureux festival où nous avons respirer, danser, rigoler, évoluer, ... individuellement et collectivement

Quel merveilleux lieu dans lequel nous avons été accueillis, je serai ravi de retrouver vos lumières pour le prochain Respire

Mehdi

Merci à toutes et tous pour cette création organisation participation...des moments d'intenses rencontres, partages... hâte de découvrir la prochaine édition

Cathy

