

ateliers | conférences | artexpo



poetry  
is magic!

22-29 MARS 2025

Pop-up store 31  
Rue du Simplon 31 - Vevey

dans le cadre du  
printempsdelapoésie

INFOS & INSCRIPTIONS

[www.nathaliejensen.com](http://www.nathaliejensen.com) - [nathalie.jensen@bluewin.ch](mailto:nathalie.jensen@bluewin.ch)

# SAMEDI 22 MARS

**11h à 13h**

**Atelier « Manger sa poésie » avec Thora Constant, art-thérapeute et poétesse**

Ecrire sa poésie avec des éléments comestibles dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

Cet atelier propose une expérience sensorielle et créative, où la poésie devient une passerelle vers le partage et la dégustation.

Trois temps rythmeront l'atelier : un temps de création, un temps de partage et le temps du repas.

**Prix de l'atelier**

Fr. 40.- par adulte, Fr.10.- par enfant accompagné

Nombre de participant.e.s

max 10 personnes. (Enfants en âge d'écrire et accompagnés.)

Site web

[www.artcaring.ch](http://www.artcaring.ch)

Instagram

[thora\\_constant\\_](https://www.instagram.com/thora_constant_)

**14h30 à 15h30**

**Conférence « Etat de conscience modifié et créativité » par Valérie Clément, chamane à Prilly**

Valérie Clément témoignera de son parcours et de ses expériences en tant que chamane.

Elle nous expliquera comment développer la créativité en état de conscience modifié.

Des interactions et des exercices pratiques seront proposés au public.

**Entrée**

Fr. 20.-

Site web

[www.avapuna.ch](http://www.avapuna.ch)

**17h à 18h30**

**Conférence « Vivre une relation poétique à l'invisible » par Aurélie Netz, anthropologue et auteure**

Qui ne s'est jamais interrogé sur les relations avec des êtres spirituels et des défunts ?

Aurélie Netz a rencontré lors de la rédaction de son livre «En dialogue avec l'invisible» et de sa

participation à l'ouvrage collectif «Ces enfants qui disent voir ou entendre des défunts», neuf personnes qui lui ont raconté leurs expériences. En se basant sur ces récits, elle abordera cette thématique avec

des pistes concrètes pour que ce type de relations participe à tout âge de la poésie dans nos vies.

**Entrée**

Fr. 20.-

Site web

[www.aurelienetz.ch](http://www.aurelienetz.ch)

Instagram

[aurelie.netz](https://www.instagram.com/aurelie.netz)

**9h30 à 11h30**

## **Atelier « Tarot poétique » par Nathalie Jensen**

Cet atelier propose une immersion créative au coeur des 22 arcanes majeurs du Tarot de Marseille en tant qu'inspiration pour l'écriture poétique. Chaque carte riche en symboles et en mystère devient un déclencheur pour l'écriture d'un poème sur mesure.

<b>Prix de l'atelier</b>	Fr. 30.-
Nombre de participant.e.s	max 10 personnes
Site web	<a href="http://www.nathaliejensen.com">www.nathaliejensen.com</a>

**14h30 à 16h30**

## **Atelier « Pratique théâtrale » par Charlotte Dechristé**

Une invitation à explorer votre relation avec la scène et ses défis en travaillant sur la dynamique du corps et de l'espace. Un atelier pour le plaisir de jouer, de se réinventer et de laisser exprimer sa créativité.

Tenue confortable, carnet et stylo recommandés !

<b>Prix de l'atelier</b>	Fr. 30.-
Nombre de participant.e.s	max 10 personnes
Instagram	<a href="https://www.instagram.com/charlotte_ensaigne">charlotte_ensaigne</a>

**17h30 à 19h30**

## **Atelier « Poésie et Collage libérateur » par Chiara Mari**

Cet atelier vous amènera à explorer l'intuition et la poésie.

Inspirés par la musicalité de **Jennifer Berenzan**, vous voyagez dans un univers inspirant qui vous permettra de créer par le collage, vos propres fragments poétiques liés à l'ancestralité, ressource à chérir et à redécouvrir.

<b>Prix de l'atelier</b>	Fr. 40.- matériel compris
Nombre de participant.e.s	max 15 personnes
Site web	<a href="http://www.chiarammari.com">www.chiarammari.com</a>
Instagram	<a href="https://www.instagram.com/vitartchiara">vitartchiara</a>



# MARDI 25 MARS

**9h30 à 11h30**

## **Atelier « Cérémonie du thé : Poésie, Rituel et Ecriture sur la Peau » par Alcina Ribeiro Hamdi**

Vivez une expérience immersive mêlant poésie et art du rituel. A travers une cérémonie du thé contemporaine explorez la puissance de gestes simples pour ouvrir un espace sacré de connexion à l'instant présent. Ce voyage sera enrichi par une pratique d'écriture sur la peau, chaque mot devenant une incantation déposée dans la matière vivante de notre être.

<b>Prix de l'atelier</b>	Fr. 40.-
Nombre de participant.e.s	max 15 personnes
Site web	<a href="http://www.alcinaribeirohamdi.ch">www.alcinaribeirohamdi.ch</a>
Instagram	<a href="https://www.instagram.com/alcinaribeirohamdi">alcinaribeirohamdi</a>

**14h30 à 16h30**

## **Atelier « Broderie chamanique » par Hélène Bouillaguet**

Que vous soyez confirmé.e ou totalement débutant.e, profitez d'une parenthèse privilégiée de connexion à vos pensées, souvenirs et sensations pour réaliser une œuvre poétique brodée. Apportez votre support (photo de vous, famille, carte postale, vêtement ) et créons ensemble une pièce qui a du sens pour vous. Cet atelier vous donnera l'impulsion créative et technique pour que vous puissiez recommencer de manière autonome.

<b>Prix de l'atelier</b>	Fr. 35.-
Nombre de participant.e.s	max 9 personnes
Instagram	<a href="https://www.instagram.com/helene.bouillaguet">helene.bouillaguet</a>

**17h30 à 19h30**

## **Atelier « Lister la magie » par Hélène Bouillaguet**

A l'instar de Perec ou Sei Shônagon, familiarisez-vous avec l'écriture des listes. Apprivoisons ensemble, rythme, musique des mots, fragmentation de la prose et rimes intérieures pour lister instantanés du quotidien, pensées fugaces, émotions, inspirations, aspirations. Dans un doux mélange de vos pensées et du monde environnant, rédigez une liste « état des lieux » comme une porte ouverte sur une nouvelle manière d'écrire.

<b>Prix de l'atelier</b>	Fr. 30.-
Nombre de participant.e.s	max 9 personnes
Instagram	<a href="https://www.instagram.com/h.bouillaguet">h.bouillaguet</a>

# MERCREDI 26 MARS

## 9h30 à 11h30

### **Atelier d'écriture « Enpoétisez- vous ! » par Anne-Laure Ubaud**

La poésie vibre sous la peau comme des milliers de fleurs au printemps.

Durant cet atelier, vous explorerez l'éveil des sens à travers l'écriture du corps et du vivant.

Différents supports créatifs, tableaux, photos, extraits de livres guideront vos mots.

Une poésie sensuelle et printanière pour enchanter le monde.

#### **Prix de l'atelier**

Fr. 30.-

Nombre de participant.e.s

max 10 personnes.

Site web

[www.alu-mette.com](http://www.alu-mette.com)

Instagram

[alu-mette](https://www.instagram.com/alu-mette)

## 14h30 à 16h30

### **Atelier « Créer votre printemps intérieur : poésie et couleurs en famille » par Thora Constant**

Dans cet atelier vous serez invités à explorer une forme poétique simple : L'Elfchen qui est un petit poème de 11 mots originaire du Nord, proche du haïku.

Vous pourrez dialoguer avec une peinture inspirée de « votre printemps intérieur ».

La création artistique servira de tremplin à l'écriture et favorisera un moment de partage créatif entre parents et enfants.

Chaque duo et participant individuel repartira avec son poème et sa peinture en écho.

#### **Prix de l'atelier** (matériel compris)

Fr. 40.- par adulte, Fr. 10.- par enfant accompagné

Nombre de participant.e.s

max 15 personnes

Site web

[www.artcaring.ch](http://www.artcaring.ch)

Instagram

[thora\\_constant\\_](https://www.instagram.com/thora_constant_)

## 17h30 à 19h30

### **Atelier « Je crée mon jardin de vie » par Aurélie Netz**

Les beaux liens relationnels que nous tissons sont un précieux trésor.

Cet atelier vous permettra de prendre conscience et d'honorer les liens qui participent de notre identité et de notre spiritualité.

A l'aide de la peinture, accompagnés d'Aurélie, anthropologue et praticienne narrative, vous créerez chacun et chacune votre Jardin de Vie, afin de prendre soin de la poésie dans nos vies.

#### **Prix de l'atelier**

Fr. 40.- matériel inclus

Nombre de participant.e.s

max 12 personnes, tout âge

Site web

[www.aurelienetz.ch](http://www.aurelienetz.ch)

Instagram

[aurelie.netz](https://www.instagram.com/aurelie.netz)

# JEUDI 27 MARS

**9h30 à 11h30**

## **Atelier d'écriture « Lettre à ma part mystérieuse » par Sarah Girardin-Lucchetta**

Dans cet atelier vous entrez en communication épistolaire avec votre arcane majeur en créant un lien intime et mystérieux avec la symbolique de votre énergie de naissance. Dans cette discussion qui intégrera à la fois nos parts lumineuses et nos parts d'ombres, vous apprendrez à les faire danser ensemble par les mots, accompagnés de Sarah et du Tarot de Marseille.

**Prix de l'atelier**

Fr. 30.-

Nombre de participant.e.s

max 10 personnes

Instagram

sunshine\_174

**14h30 à 16h30**

## **Atelier « La poésie par les plantes : nos sens au service du Bulukutu » par Nina Vahekeni**

Dans cet atelier créatif autour d'une plante tropicale nommée le Bulukutu au Congo vous irez à la rencontre de cette plante largement répandue en Afrique noire et utilisée pour différentes affections. Après une brève immersion dans les pratiques des prêtres -guérisseurs vodou du Togo, l'écriture d'une poésie inspirée par cette verbénacée, vous fabriquerez votre propre sirop aux effets relaxant et calmant, afin de « mettre en bouteille » votre poésie du jour.

**Prix de l'atelier**

Fr. 40.- incluant votre petit livret de poésie botanique avec la recette du remède

Nombre de participant.e.s

max 8 personnes

Instagram

alterafrica

Facebook

alterafrica

**17h30 à 19h30**

## **Atelier d'écriture « Notre parole est d'Or » par Caroline Despont**

Cet atelier d'écriture poétique s'adresse aux femmes, quelque soit leur âge, leur parcours qui souhaitent se rassembler en esprit de sororité. Dans un espace d'expression à l'écrit et à l'oral venez explorer et affirmer votre voix personnelle. En la questionnant : que dit-elle de notre histoire, est-elle entendue ? écoutée ? Des échanges, des écritures ainsi que des partages de textes précéderont une mise en valeur des textes par la voix et la posture.

**Prix de l'atelier**

Fr. 30.-

Nombre de participant.e.s

max 10 personnes

Facebook

caroline.despo

Instagram

caro.ateliers\_mots\_de\_femmes

## 9h30 à 11h30

### Atelier « Poésie et Voix » par Chiara Mari

Dans cet atelier d'expérimentation vocale, musicale et corporelle vous serez amené à jouer avec les mots, à explorer les sons, la voix de manière poétique et intuitive.

Inspirés par la « Musica do Circulo » vous connecterez votre voix, sa liberté à votre puissance intérieure.

Osez et soyez les bienvenus-e-s.

#### Prix de l'atelier

Fr. 40.- matériel inclus

Nombre de participant.e.s

max15 personnes

Site web

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

Instagram

[vitartchiara](https://www.instagram.com/vitartchiara)

## 14h30 à 16h30

### Atelier « Chant du Tambour et Haïku » par Agnès Lachaux

Depuis la nuit des temps, les animaux ont enchanté les récits des êtres humains, des poètes et poétesses en particulier. Aujourd'hui, ils continuent de nous inspirer et de nous fasciner.

Dans cet atelier, porté.e par le chant du tambour, partez à la rencontre de votre animal totem.

Puis grâce à l'écriture d'un haïku, rendez hommage à cet allié précieux.

#### Prix de l'atelier

Fr. 30.-

Nombre de participant.e.s

max 10 personnes

Instagram

[agneslaccompagnante](https://www.instagram.com/agneslaccompagnante)

## 17h30 à 19h30

### Atelier « Poésie d'une lettre hébraïque en mouvement » par Brigitte Mosser Niquille

A la découverte de la lettre KAPH de l'alphabet hébraïque, vous mettrez en mouvement sa calligraphie, son sens, sa symbolique et le questionnement de cette lettre.

Creuser, approfondir transformer, recevoir, laisser agir la paume de nos mains, leur poésie : entrez dans la danse d'une lettre !

Un livret pour continuer l'expérience chez vous sera offert en fin d'atelier.

#### Prix de l'atelier

Fr. 30.- livret inclus

Nombre de participant.e.s

max 12 personnes

Site web

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

Facebook

[lettres hébraïques et créativité / tehima bulle](https://www.facebook.com/lettres-hebraïques-et-créativité-tehima-bulle)



# SAMEDI 29 MARS

**13h30 à 15h30**

## **Atelier «Les Mains Magiciennes» par Fanny Stehlin, artiste peintre & autrice**

Venez découvrir à travers le dessin ou la peinture la magie présente au bout de vos doigts.

Dans cet atelier d'initiation picturale, sans prérequis, vous pourrez vous mettre à l'écoute de votre imaginaire à l'aide de divers médias pour faire émerger toutes les couleurs de votre propre monde.

**Prix de l'atelier** Fr. 40.- matériel inclus

Nombre de participant.e.s max 10 personnes

Site web [www.fanny-stehlin.ch](http://www.fanny-stehlin.ch)

Instagram [fanny.stehlin.art](https://www.instagram.com/fanny.stehlin.art)

Facebook [stehlin.fanny](https://www.facebook.com/stehlin.fanny)



**Vous pourrez retrouver les tableaux de Fanny Stehlin qui seront exposés au Pop-up store 31 à Vevey durant l'évènement du 22 mars au 29 mars**

**17h30**

## **La Clamerie**

Scène littéraire pour partager ses textes à voix haute ou simplement venir écouter ceux des autres, un peu à la manière du "Spoken word" des poètes de la Beat Generation. La Clamerie est à la fois un tremplin pour les artistes, une oasis pour les passionné-e-s de littérature et un lieu d'échanges avec un public bienveillant, prêt à être charmé. Dans le cadre du Printemps de la poésie, qui nous rappelle son pouvoir d'envoûter celles et ceux qui l'entendent, La Clamerie sera dédiée au thème du (dés)enchantement.

On vous attend nombreux-ses pour venir explorer l'alchimie fascinante du verbe.

Une soirée pour ressentir, rêver, voire même se révolter, mais surtout pour vibrer ensemble.

**Prix de l'entrée** Fr. 10.- en espèces ou par Twint sur place

Durée 1h15

Suivi de discussions et d'échanges

## **UN APÉRITIF CLÔTURERA L'ÉVÈNEMENT POETRY IS MAGIC !**

**Au plaisir de vous retrouver nombreux au Pop-up store de la Rue du Simplon 31 à Vevey**

**infos & inscriptions : [www.nathaliejensen.com](http://www.nathaliejensen.com) - [nathalie.jensen@bluewin.ch](mailto:nathalie.jensen@bluewin.ch)**