

FESTIVAL DU MALLOUESTAN

JUILLET AOÛT

29 30 31 1^{ER} 2

2026 ^{3^{EME}} ED.

VIE COLLECTIVE
ET SOIN

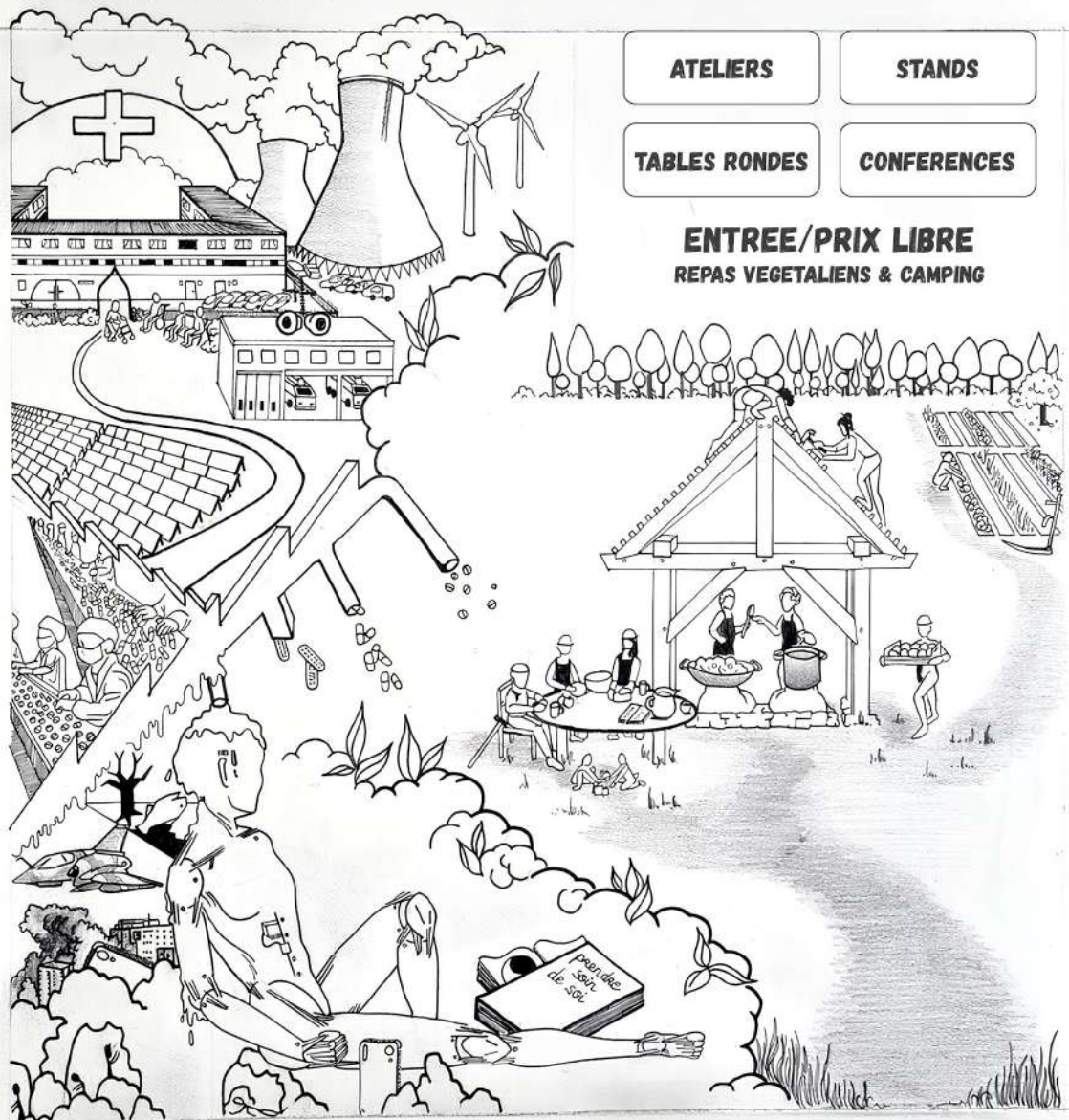
ATELIERS

STANDS

TABLES RONDES

CONFERENCES

ENTREE/PRIX LIBRE
REPAS VEGETALIENS & CAMPING



07 49 09 55 15

2 CHEMIN DE LA FERME DE MALLOUE
SOULEUVRE-EN-BOCAGE 14350

WWW.MALLOUESTAN.ORG

CONTACT@MALLOUESTAN.ORG



Coucou

Dans les pages qui suivent, tu trouveras le programme du festival, les infos pratiques, les détails des ateliers et les différents horaires.

Notre festival d'été évolue. Nous remplaçons le cadre universitaire des dernières éditions par une vision favorisant des activités collectives diverses et variées, des ateliers manuels, artistiques et culturels. Le thème de cette année est : **Vie collective et soin**.

Vie collective et soin

Après le thème de notre place dans l'écosystème (1ère édition) et les questions autour de la domestication (2ème édition) cette année **nous voulons parler de soin** et de vie en collectif. Le soin est un des **sujets les plus importants** dans les projets alternatifs. Pourtant c'est un sujet souvent sacrifié. Prenons ce temps pour échanger autour des enjeux et des défis que le soin représente pour chacun·e d'entre nous.

Présence de stands

L'année dernière nous avons accueilli différents stands permettant pendant les pauses ou le midi de découvrir d'autres projets. Cette année aussi il y aura des stands. Viens découvrir d'autres projets et parler avec leurs membres. Nous avons invité divers collectif pour parler de leurs écolieu/lieu et de leurs expériences.

Expos et artisanat

Différents objets artisanaux seront exposés tout au long du festival (céramique, paniers en vannerie, outils manuels etc)

Un moment de partage

Cet événement est avant tout une occasion de créer du lien, réfléchir et expérimenter ensemble. La bienveillance et l'écoute seront primordiales.

Infos pratiques

Les repas

Tous les repas (matins, midis, soirs seront prévus par notre fine équipe. Il seront tous végétaliens et sans alcool car ce sont les règles dans notre enceinte. Si tu as des **allergies ou des besoins spécifiques**, fais le nous savoir en amont.

Le dodo

Pour dormir sur place, amène ta tente, il y aura un espace camping avec toilettes et douches manuelles.

Les prix

L'ensemble de l'événement est proposé à **prix libre**, repas inclus. Prévois de la monnaie si tu souhaites et peux contribuer, des **boîtes** seront mises à disposition.

Les deux **concerts** se feront au **chapeau**, l'argent récolté à la fin de la prestation ira aux artistes.

Les animaux domestiques

Il y a déjà pas mal d'animaux sur place et il y aura du monde alors ce n'est pas le contexte le plus paisible pour amener un animal avec toi. Si tu ne peux pas faire autrement, tu devras le tenir en laisse.

Les enfants

Les enfants de tout âge sont les bienvenus au Festival sous la responsabilité de leurs accompagnant-es. La plupart des ateliers sont accessibles à partir de **6 ans**. Des jeux seront aussi à disposition dans un espace dédié.

Soins

Un espace de **premiers secours** sera accessible tout le long du festival. Pense à prendre une **gourde d'eau** et de **quoi protéger ta tête** en cas de fort ensoleillement.

Ne pas consommer sur le lieu

Les règles de vie durant le festival restent les mêmes que d'habitude. Tu es prié-e de ne pas consommer de **produits d'origine animale** (viande, lait, oeuf, crème, miel...) ; de **produits ultra transformés** (biscuits, chips, soda...) ; d'**alcool** et de **drogue**.

Autres trucs ?

Oui ! Nous ne mettons **pas d'électricité** à disposition alors prévois assez de batterie pour ton téléphone et emmène une lampe **frontale** si tu restes la nuit.

C'est parti, vraiment. Là, en dessous, regarde.



**Mercredi 29 Juillet
à 19h30**

John Fleming concert

Quartet folk / Irish trad de musiciens multi instrumentistes gourmands de sons et de rythmes, basés dans le sud Manche, avec la parité sur scène.

Jeudi 30 Juillet

08h45 - 09h30

OPTION A

**Balade
ornithologique et
naturaliste**

avec Lemu (p5)

OPTION B

**Footing
tranquille**

avec Lau (plus d'info
p5)

09h45 - 10h45

OPTION A

**Atelier apprendre
à réparer son
vélo**

avec Coco (p5)

OPTION B

**Fabriquer son
balais en paille**

avec Cortney (p5)

11h00 - 12h15

OPTION A

Atelier chant

avec Andrea (plus
d'info p5)

OPTION B

**Initiation à la
pose de chaume**

avec Lau (plus d'info
p5)

14h00 - 15h15

OPTION A

**Création de
fresque en argile**

avec Lucas (p5)

OPTION B

**Visite et
présentation du
lieu**

Mallouestan (p5)

15h30 - 18h00

OPTION A

**Table ronde "Retour d'expérience et
outils de vie en collectif (partie 1)"**

plus d'info p6

19h30 - 22h00

OPTION A

**Scène ouverte - les talents et les
non-talents sont bienvenus !**

avec toustes (plus d'info p5)

Vendredi 31 Juillet

08h45 - 09h30

OPTION A

**Balade
ornithologique et
naturaliste**

avec Lemu (p5)

OPTION B

**Footing
tranquille**

avec Lau (plus d'info
p5)

09h45 - 10h45

OPTION A

**Atelier "Hula
hoop"**

avec Eva (p5)

OPTION B

**Création de
fresque en argile**

avec Lucas (p5)

11h00 - 12h30

OPTION A

**Conférence: Le rêve est une langue
sauvage.**

avec Ana Minski (p5)

14h00 - 15h15

OPTION A

**Atelier étirements, auto massage,
conseils)**

avec Lau (p5)

OPTION B

**Atelier création
poétique**

avec Ana Minski (p5)

OPTION C

**Visite et
présentation du
lieu**

Mallouestan (p5)

15h30 - 18h00

OPTION A

**Table ronde "S'organiser
politiquement à l'ère du libéralisme"**

avec Ana Minski, Arthur, Cortney (plus d'info
p6)

Samedi 01 Août

09h00 - 10h30

OPTION A

Atelier apprendre à réparer son vélo

avec Coco (p5)

OPTION B

Conférence de Michel Lallement

avec Michel Lallement (p6)

10h00 - 11h15

OPTION A

Dessin d'observation

avec Javier (p5)

10h45 - 12h30

**Option A
Vannerie spiralee cousue**

avec Bastien (plus d'info p5)

10h00 - 11h15

Option B

Atelier de sophrologie

avec Fabrice (plus d'info p5)

Dimanche 02 Août

09h00 - 09h45

OPTION A

Balade ornithologique et naturaliste

avec Lemu (p5)

OPTION B

Footing tranquille

avec Lau (plus d'info p5)

10h00 - 11h15

OPTION A

Vannerie spiralee cousue

avec Bastien (plus d'info p5)

OPTION B

Atelier de danse

avec Eva (plus d'info p5)

11h30 - 12h30

OPTION A

Atelier de sophrologie

avec Fabrice (plus d'info p5)

OPTION B

Initiation à la pose de chaume

avec Lau (plus d'info p5)

14h00 - 15h15

OPTION A

Randonnée naturaliste sur les arbres

avec Antoine (p5)

OPTION B

Visite et présentation du lieu

Mallouestan (p5)

14h00 - 15h15

OPTION A

Randonnée naturaliste sur les arbres

avec Antoine (p5)

OPTION B

Visite et présentation du lieu

Mallouestan (p5)

15h30 - 18h00

OPTION A

Table ronde "Retour d'expérience et outils de vie en collectif (partie 2)"

plus d'info p6

15h30 - 18h00

OPTION A

Table ronde "Retour d'expérience et outils de vie en collectif (partie 2)"

plus d'info p6

19h30 - 21h00

OPTION A

Concert (pop, jazz, folk, rock)

avec Ember Swift



Ateliers

Balade ornithologique et naturaliste

Une balade d'observation et de partage proposée par Lêmu sur la thématique des oiseaux, de leur chant et de leur habitat.

Footing tranquille

45 minutes de petite course à pied pour se dégourdir les jambes et s'aérer la tête. Nous passerons par des petites routes et des chemins creux et adapterons en fonction du rythme de chacun-e. Donc pas besoin d'être un-e athlète pour venir !

Fabrication d'un balais

Nous explorons le seigle sous tous ses angles alors pourquoi ne pas se fabriquer un balais ? Viens fabriquer le tien et repars avec (en volant ou non)

Chorale

Andréa nous propose un atelier chorale. Pas besoin de savoir chanter, toutes les voix sont les bienvenues !

Initiation pose de chaume

Au Mallouestan on expérimente le chaume traditionnel depuis peu.. On te propose un atelier de test sur un toit de reproduction (fabriqué par nos soins en tenon mortaise).

Fresque en argile

Lucas propose un atelier fresque sur les murs de l'Annexe à base d'argiles de couleur et de créativité.

Scène ouverte

Une scène ouverte pour des shows préparés...ou non ! Viens avec ce que tu as et lance toi sur scène seul-e en ou groupe ! Pour lancer les festivités, un groupe de danse amateur danseront deux danses dès 19h30 !

Hula-Hoop

Eva te propose de traverser quelques bases, techniques et créatives, de la manipulation hula-hoopiennne. Des cerceaux de toutes tailles seront fournis.

Étirements et auto-massages

Lau te propose des étirements ciblés et de techniques auto-massages (massages sur soi-même) destinés à favoriser la récupération et la détente musculaire.

Réparation vélo

Coco te propose un atelier dédié à la réparation de vélo. Tu peux amener le tien pour faire les réparation directement sur ton propre vélo.

Dessin d'observation

Javier te propose un atelier dessin d'observation. Il sera là pour te fournir conseils et retours.

Vannerie spirulée cousue

Bastien anime un atelier vannerie spirulée cousue, une technique ancienne à base de ... seigle encore et toujours !

Sophrologie

Fabrice sophrologue, anime une session de sophrologie et de méditation de 45 minutes. Une occasion de se recentrer sur nos sens et nos perceptions.

Danse guidée

Impulsion. D'où émerge le mouvement ? Comment ai-je envie / besoin de bouger ? Comment valoriser la parole du corps ? Eva te propose d'explorer ces questions au travers d'un atelier dansé et guidé. Aucun pré-requis attendu pour participer.

Atelier de création poétique

Ana te propose un espace de lecture de poésies, que tu aimes ou que tu as écrit.

Tables rondes

Retour d'expérience et outils de vie en collectif (Partie 1)

Cette table ronde rassemble plusieurs collectifs qui nous parleront de leur projet, leur gouvernance et leur fonctionnement. L'occasion de discuter de différentes approches et de découvrir de nouveaux projets collectifs.

Retour d'expérience et outils de vie en collectif (Partie 2)

Cette table ronde fait suite à celle de jeudi. Les différents collectifs parleront cette fois-ci des différents outils mis en place en terme de communication, de gestion de conflit et de soin (mental et physique). Ce sera aussi l'occasion d'évoquer des situations propres à chaque collectif. Tu peux y assister même si tu n'étais pas à la première partie de jeudi.

S'organiser politiquement à l'ère du libéralisme

Cette table ronde permettra de se questionner sur le rôle néfaste ou non du libéralisme dans notre capacité à nous organiser politiquement. La notion de s'organiser politiquement est à prendre au sens large, couvrant ainsi l'organisation politique conventionnelle, le militantisme disruptif et transgressif, autant que l'échelle des micropolitiques. Autrement dit, quel impact a le libéralisme dans notre capacité à faire groupe et à défendre nos intérêts.

Consentement dans les relations de soin

Cette table ronde explorera la tension entre le soin et le consentement. La question du consentement se pose à différents niveaux : entre soignant·e et patient·e ou usager·e ; entre structure et famille ; entre direction/institution et soignant·e ; entre usager·es ou patient·es.

Conférences

Vies communautaires : retour sur quelques expériences françaises.

Qu'on les nomme écolieux, écovillages ou d'autres manières encore, des communautés s'organisent aujourd'hui pour rompre avec la logique capitalocène qui a conduit aux polycrises que nous subissons aujourd'hui. Même si elles partagent des objectifs communs, ces écocommunautés ne font pas nécessairement toutes les mêmes choix organisationnels. Partant des premiers

résultats d'enquêtes menées au cours de ces dernières années, cette conférence propose de brosser un tableau des modes de vie alternatifs privilégiés dans ces collectifs et de pointer quelques tensions qui les traversent. Cette conférence est donnée par Michel Lallement.

Le rêve est une langue sauvage.

Le rôle de la poésie, des origines à l'époque moderne, dans nos relations au monde et dans nos luttes. Cette conférence est donnée par Ana Minski.

Merci,

**pour ton aide, soutien,
camaraderie, tes
messages et dons**

Viens nous voir ou contacte-nous

En physique

02 chemin de la ferme de Malloué,
14350 Souleuvre-en-Bocage



Sur les horribles technologies

+33 7 49 09 55 15

Mail: contact@mallouestan.org

Site web : www.mallouestan.org

www.facebook.com/mallouestan

Instagram : [@le_mallouestan](https://www.instagram.com/le_mallouestan)

