

Les ateliers de l'intime

Corps-accords

Vers une intimité savoureuse et choisie



Sentir en soi ce dont on a envie et ce qu'on est disposé-e à faire ou pas, oser l'exprimer clairement sans s'adapter aux attentes supposées ou réelles des autres... On aimerait pouvoir le faire mais on se retrouve souvent dans des situations confuses ou qu'on n'a pas vraiment choisies, notamment dans le champ de la sexualité. Ce flou est parfois un manque de communication. Il est aussi bien souvent le fruit d'une éducation qui ne nous a jamais appris à sentir, nommer et accueillir le désir, le nôtre comme celui de nos partenaires.

Nos interactions intimes gagneraient tant à être plus claires, pour devenir plus savoureuses.

Notre proposition

Grâce à leurs connaissances théoriques et leur expérience de thérapeutes, Stéphanie Doe et Sabine vous proposent un espace sécurisant, bienveillant et créatif pour :

- Développer un toucher sensible et ressentir plus de plaisir
- Percevoir et exprimer tes désirs, entendre ceux des autres sans devoir y répondre
- Apprendre à sentir et poser tes limites, respecter celles des autres
- Se mettre d'accord sur ce qu'on veut partager dans des interactions à deux

L'atelier articule des moments d'**expérimentation**, de **réflexion** et de **partages collectifs**. Il est queerfriendly et trauma-informé. Il implique du contact sur les mains, des alternatives sont possibles en cas d'inconfort. *Il n'y a pas d'interaction sexuelle*. Ces espaces d'exploration requièrent que chacun-e prenne la responsabilité de se réguler émotionnellement.

Atelier inspiré de la Roue du Consentement® (Dr. Betty Martin). Pour plus d'informations, visiter www.wheelofconsent.org

Infos pratiques

Date : Samedi 17 octobre 2026

Horaires : 10h à 13h

Lieu : Le Puy-Sainte-Réparate (à 15 min d'Aix-en-Provence)

Tarifs proposés : 50 € / 60 € / 70 € (solidaire / proposé / soutien)

Inscription : confirmée après acompte de 50 % (liens [Stripe](#)).

Non remboursé si annulation à moins de 7 jours. Solde à régler en espèces sur place

Tenue : venir avec une tenue confortable

Modalités : possibilité de venir seule ou avec une partenaire

Inscription et questions : pillowlava.mars@gmail.com

Nous écrire si vous souhaitez participer et que vous êtes en difficulté financière.

Qui sommes-nous ?

Stéphanie Doe (elle)

Le mouvement, le corps et l'intime sont les fils conducteurs de son parcours. Créer des espaces d'exploration de soi, réflexifs et expérientiels, est au cœur de son approche.

Depuis 2016, elle enseigne et pratique le **shibari** dans une approche centrée sur la qualité de présence plutôt que sur la seule technique. Sa pratique s'enrichit du tantra ou encore de l'animation de cercles de femmes.

Elle revendique une **psychothérapie féministe et inclusive** et se spécialise en **sexo-analyse** où la sexualité devient un espace d'émancipation et de lien à l'autre, en dehors des normes. Elle accompagne avec une attention particulière portée aux vécus traumatiques, et à l'attachement.

Animée par la transmission, elle intervient en formation et dans les médias pour déstigmatiser le BDSM. Enfin, elle est autrice de 3 guides sur le shibari et de Panser l'intime, réinvestir son corps et sa sexualité après des violences sexuelles.



Sabine (elle)

Sabine consacre sa vie à l'exploration des relations, de l'**intimité**, du **mouvement** et de la **joie**. Elle danse, écrit, performe et accompagne des personnes individuellement et en ateliers collectifs.

De formation scientifique et médicale, Sabine a travaillé en institution dans le champ de la santé mentale avec un engagement contre les violences faites aux femmes et aux enfants. Sa pratique psychothérapeutique s'appuie sur la **théorie de l'attachement**, l'**haptonomie** et la **Roue du Consentement®** (Dr. Betty Martin). Son approche tient compte des vécus d'oppression systémique. Elle s'est formée avec la School of Consent, et est en chemin pour devenir facilitatrice certifiée.

Sabine cherche aujourd'hui à dessiner de nouveaux chemins où désir, plaisir, consentement et créativité s'allient. Sa réflexion porte notamment sur la mise en place de **cadres clairs** pour structurer des espaces d'exploration joyeuse dans une dynamique féministe queer.