

## 3<sup>ème</sup> édition du festival Mondemain à Maringues les 1 et 2 juin 2024

Le festival Mondemain propose un week-end créatif, festif et inspirant pour s'interroger sur nos modes de vie et nous donner envie de construire ensemble un monde de demain plus vert, plus serein et plus solidaire.

### Au programme :

- Des ateliers bien-être et développement personnel (méditation, yoga, sophrologie, balade en pleine conscience, alimentation en pleine conscience, gouter philo, atelier Ikigai) pour s'apaiser, remettre de la conscience dans nos modes de vie, découvrir notre mission de vie...
- Des jeux et ateliers pour voir différemment la nature et mieux la respecter
- Des conférences et tables rondes pour mettre en valeur les initiatives créatrices de sens pour le monde de demain et inspirer chacun s'engager à sa manière
- Des animations : spectacles pour enfants, siestes musicales, musique, grand repas partagé, marché de créateurs et bal dansant le samedi soir.

### Cette année deux grandes nouveautés :

- L'exposition-exploration "D'un moi à l'autre" qui mêle art et développement personnel invite les visiteurs à mieux se connaître, développer le meilleur d'eux même et impacter le monde positivement !
- L'exposition "la maison Mondemain" vous fait déambuler dans une maison-témoin qui dévoile un quotidien éco-conçu, responsable, et connecté. Une visite réaliste et enthousiasmante qui montre une façon de vivre un peu différente, plus respectueux de l'environnement et plus en lien avec les autres.

Le Festival Mondemain incarne une nouvelle forme d'action collective et d'expérience au service de la transformation positive de la société. Jeunes et moins jeunes, entreprises, associations, institutions...cet événement s'adresse à tous les acteurs du changement.

Le festival a lieu à Maringues. Entre ville et campagne, au carrefour entre Clermont-Ferrand, Vichy, Thiers et Riom, Maringues est l'endroit idéal pour réunir celles et ceux qui s'interrogent pour savoir comment être mieux demain et quelle place occuper dans ce monde en mouvement perpétuel.

Initié par Marie-Axèle Dutour, le festival Mondemain fait suite à l'exposition « D'UN MOI A L'AUTRE - Comment prendre sa place dans le monde de demain », qu'elle a organisé à Paris en 2020. Convaincue que les crises écologiques et sociétales que nous traversons sont l'occasion d'un nouveau départ pour le monde et pour chacun d'entre nous, elle s'est lancée dans la création de ce festival qui se développe et s'enrichit année après année.

### Informations pratiques

Samedi 1er juin à partir de 14h,

Dimanche 2 juin de 10h à 18h

Place François Seguin – Maringues.

Gratuit. Ouvert à tous. Réservation des ateliers sur place et en ligne [www.festivalmondemain.fr](http://www.festivalmondemain.fr)

Restauration sur place

Contact presse : Marie-Axèle Dutour 06 81 73 98 91 – [festivalmondemain@gmail.com](mailto:festivalmondemain@gmail.com)

# FESTIVAL mon demain

## PROGRAMME

Venez, on refait le monde !

### SAMEDI

14 h

- ★ Atelier réalisation de boucles d'oreilles cuir  
Macha - Grande Halle
- ★ Atelier création de pompon  
Marichou - Grande Halle
- Conférence : Bien manger en accord avec l'écologie et les petits budgets  
Fanny Menou - Auvent
- ◆ Cours de Yoga tous public  
Patricia Vallon - Square
- ◆ Méditation adulte  
Claudine Prononce - Mediathèque

15 h

- Fresque de l'économie circulaire  
Clairsens - RDV au point info
- ◆ Atelier : Tui Na  
École de médecine chinoise de Clermont-Fd - Square
- ◆ ● Atelier alimentation en pleine conscience  
Hélène Proix - Mediathèque
- Quiz et atelier tawachi par le SBA  
Auvent
- Film "D'hier à demain"  
Petite Halle

16 h

- ◆ Séance de sophrologie  
Anne Tichit - Mediathèque
- ★ Atelier : Oups ! tu n'as pas de bouquet pour la fête des mères  
Apprends à le faire avec Fleur'T avec les sens - Grande Halle
- ★ Initiation au pointillisme  
Illastre - Grande Halle
- ▲ Contes, chansons Ratiti Ratata  
Marine Magrini - Square
- Table ronde avec les accélérateurs du changement  
Petite Halle

### Tout le week-end

- ★ Marché de créateurs
- ▲ Escape Game  
Fox et l'effet papillon le dimanche et Escapologik

- ● Atelier bombe à graines  
Le dimanche
- ◆ Massages simples et Tui Na  
Réflexologie
- ★ Dessins à faire soi-même à partir de tampons
- ★ Démonstration bougies

### Thématiques

- Transition écoprimiste ●
- Discussions et conférences ■
- Alimentation ●
- Animation ▲
- Créativité ★
- Bien-être & développement personnel ◆

17 h

- ◆ Atelier philo (enfants)  
*Le bonheur c'est demain ?*  
Valérie Rabhi - Mediathèque
- ★ Création de broche en papier recyclé  
Accord Boisés - Grande Halle
- ● Atelier alimentation/nutrition  
*La règle des 3V*  
Max le Diet - Auvent
- ◆ Balade en pleine conscience  
Anne Tichit - RDV au point info
- ★ ● Démonstration :  
*Comment fabriquer un hôtel à insectes ?*  
Patrick Barthélémy - Auvent
- ◆ Séance de Yoga tous niveaux  
Hélène Proix - Square

18h

- ★ Atelier création de pompon  
Marichou - Grande Halle
- ★ Initiation au pointillisme  
Illastre - Mediathèque
- ◆ Séance de Yoga du rire  
Sophie Malki - Square

19h

- ▲ Concert des Flying Tractors  
Petite Halle

### Tout le week-end

- ▲ Jeux de société et surdimensionnés
- ● Ateliers de produits cosmétiques et produits ménagers à faire soi-même
- RECREE  
Le Repère Créatif du Réemploi
- Comptoir Doume  
La monnaie locale
- Atelier réparation de vélo

