

# Revue du presse

10<sup>ème</sup> édition Bliss Yoga Festival



3 nouvelle aquitaine

SUD OUEST



yoga magazine

Bordeaux madame



Bouger À BORDEAUX

Le Kocon



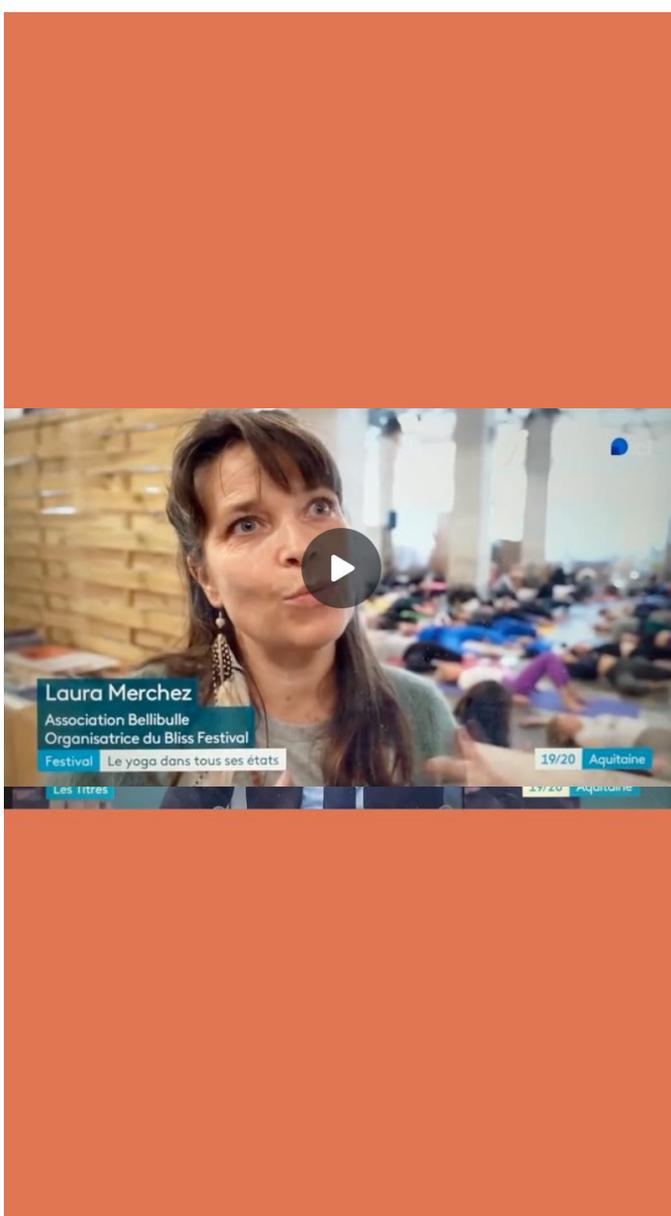
CLUBS & COMPTINES 0-14 ANS  
LE GUIDE DES FAMILLES



[Lien](#)

**Reportage sur la 10<sup>ème</sup> édition du Bliss Yoga Festival :  
Le Yoga dans tous ses états**

*« Le 2<sup>ème</sup> plus grand Festival de Yoga »*





## France Bleu Gironde

Date : 14 novembre 2024

Audience : 2,6 millions d'auditeurs quotidiens

[Lien](#)

RADIO

### Sujet sur le Yoga à l'occasion du Bliss Yoga Festival

*« Intérêt autour du phénomène le nombre de pratiquants a doublé depuis 2017, 2,8M aujourd'hui  
10M de Français déclarent avoir déjà fait 1 séance de Yoga,  
80% de femmes – 20% d'hommes »*

#### 2 témoignages

Gabrielle confirmée depuis + de 40 ans  
& Christophe, qui a débuté suite à des lombagos à répétition

**+ la présentation de la 10<sup>ème</sup> édition du Bliss Yoga Festival par Laura Merchez (Bellibule)**

**+ en direct live des retours d'auditeurs**

4'24 + 1'57 + 3'47 + 2'41 + 1'04 + 1'09  
**15 min d'antenne**



**interview à écouter**



# Bordeaux Madame

## N° automne 2024

### Diffusion : 15 000 ex

#### SORTIES À BORDEAUX



### LE BLISS YOGA FESTIVAL MET DES PAILLETTES DANS NOS CŒURS

Pour son dixième anniversaire, le plus grand festival de yoga de la région met les petits bols dans les grands en offrant à ses aficionados un programme inédit, dont les chiffres promettent déjà une édition mémorable. Trois jours de rencontre, 50 intervenants, 58 cours de yoga et pratiques douces, treize masterclass... Adapté à tous les niveaux, cet événement incontournable pour tous les amateurs de l'esprit yoga propose de pratiquer cette discipline millénaire sous toutes ses formes (hatha, vinyasa, kundalini, yin) tout en s'enrichissant des apports d'autres disciplines telles que la méditation, le Qi gong ou encore le Pilates. Particulièrement axé sur la musique, le BLISS Yoga Festival 2024, désireux d'augmenter la « fréquence vibratoire » du rendez-vous, a prévu de programmer de nombreux cours sur fond sonore. Il planifie aussi des bains de gongs et des concerts-live, dont les têtes d'affiche Kelly Aura et Sari Seramor, sont déjà connues. Préparez votre tapis !

Du 15 au 17 novembre 2024 à l'écosystème Darwin, 87 quai des Queyries, Bordeaux - [blissbordeaux.fr](http://blissbordeaux.fr)

### LES MYSTÈRES DU PETIT PRINCE AUX BASSINS DES LUMIÈRES

Il a les cheveux de la couleur des champs de blé, parle aux renards et a conquis des millions de lecteurs... Petit expert du mot simple mais juste, Le Petit Prince débarque à la Base sous-marine de Bordeaux pour se rappeler aux cœurs de Bordelais et des amoureux de la poésie. Immersive, cette exposition convie les visiteurs à (re)découvrir le héros d'Antoine de Saint-Exupéry sous un angle novateur, signé de la patte magique et magistrale dont les Bassins des Lumières sont coutumiers. La création, inédite, conçue avec le centre d'art numérique, profite des aquarelles et des mots de Saint-Exupéry pour leur donner vie sur les sols et les murs de cet écrin historique, dont le récit résonnera sans doute avec celle de l'écrivain. Enveloppés dans cet univers émouvant, la déambulation se transforme en véritable quête de sens, en empruntant les grands questionnements intemporels de l'ouvrage : questions et réponses, adulte et enfant, bonheur et chagrin, amour et amitié, visible et invisible...

Du 18 octobre au 31 décembre 2024, Base sous-marine de Bordeaux, [www.bassins-lumieres.com](http://www.bassins-lumieres.com)



### GOURMANDISES DU CORPS ET DE L'ESPRIT À SAINT-ÉMILION

Entre anecdotes culinaires, dégustations et présentations historiques, Saint-Émilion se dévoile comme un territoire aux ressources décidément multiples ! Grâce aux nouvelles visites « Histoires Gourmandes » à l'initiative de l'Office du tourisme, le visiteur est invité à découvrir la cité médiévale sous un autre angle : celui de la gastronomie. Parce que si le vin demeure l'incontournable emblème de la région, d'autres spécialités locales méritent le coup d'œil... et le coup de fourchette ! Organisés sur 1h30, accompagnés d'un(e) guide, ces parcours inédits permettent de partir à la découverte de l'histoire de la lamproie à la bordelaise, de la traditionnelle recette de macarons de la ville ou encore des délicieux sarments du Médoc... En route ?

Sur réservation [www.saint-emilion-tourisme.com](http://www.saint-emilion-tourisme.com)



## Le Parisien Week-end

31 octobre 2024

Diffusion : 226 265 ex

### 8 LE COIN DES ENFANTS « PETER PAN » S'ENVOLE À BOBINO

Décors enchanteurs, chorégraphies enlevées, envolées spectaculaires... Cette adaptation du célèbre roman de l'auteur écossais James Matthew Barrie en comédie musicale est une valeur sûre ! La pétulante troupe d'artistes s'empare avec brio du monde fantastique de Peter Pan, l'iconique héros qui ne voulait pas grandir. Un conte féerique qui fait voyager les jeunes spectateurs (à partir de 3 ans) avec Wendy, Lili la Tigresse, les pirates et le redoutable capitaine Crochet. I.P.

« Peter Pan », Jusqu'au 8 février 2025 au théâtre Bobino, Paris (14<sup>e</sup>). Bobino.fr



11

### 9 BOL D'AIR BALADE ARTISTIQUE AUTOUR DE L'ÉTANG DE THAU

Un musée à ciel ouvert est en train d'émerger autour de l'étang de Thau (Hérault), grâce à l'exposition pérenne et en plein air d'une vingtaine d'œuvres contemporaines. Baptisée BAM, pour « Balades artistiques en Méditerranée », cette initiative, célébrant les 20 ans de Sète Agglopol Méditerranée, met à l'honneur des artistes liés au territoire, tels Hervé et Richard Di Rosa. D'ici à 2026, fresques, sculptures ou installations jalonnent quatre parcours, entre vignes et littoral, mettant ainsi en valeur le patrimoine historique et naturel de la lagune. Georgia Diaz

[www.archipel-thau.com](http://www.archipel-thau.com)

### 10 EN FORME RETRAITE ZEN AU FESTIVAL BLISS

Du 15 au 17 novembre, Bordeaux accueillera la 10<sup>e</sup> édition du Bliss Yoga Festival, l'un des événements les plus importants consacrés à la discipline en France. Le programme - plus de cent heures de cours, ateliers et conférences - a été pensé pour « désacraliser et démocratiser la pratique », selon Laura Merchez, la directrice. Cette année, pour la première fois, une quarantaine de pratiquants pourront participer à une expérience de retraite urbaine, la « Nuit des yogis ». Celle-ci inclura une séance de yoga nidra, « pratique relaxante, connue comme "le yoga du sommeil", visant à favoriser une entrée en douceur dans la nuit », puis une séance de morning yoga dès le réveil. L'hébergement collectif sera assuré aux Chantiers de la Garonne, anciens hangars à bateaux réhabilités. G.D.

[www.blissbordeaux.fr](http://www.blissbordeaux.fr)



PHOTOS © ERK SAMAR/HEM, DRIBENO, YOGELISSY'S



**Yoga Magazine**  
 N° automne 2024  
 Diffusion : 22 000 ex

REPÈRES

« Prenons soin les uns des autres ! »



**Qu'est-ce qui vous a motivée à reprendre le festival ?**

C'est Charlotte qui m'a demandé de reprendre le Bliss car, sans personne pour le diriger, il allait disparaître. Habitant Bordeaux, c'était un super challenge à relever et qui arrivait au bon moment car il faisait le lien entre "ma vie d'avant" de 20 ans dans l'événementiel, et mon nouveau chemin dans le yoga et le bien-être amorcé quatre ans auparavant. Et puis cela coulait de source, considérant la belle amitié qui nous liait avec Charlotte depuis notre collaboration sur son teacher training ShivaShakti®.

**Comment le festival Bliss a-t-il évolué en dix ans ?**

Il était parmi les premiers festivals en France et c'est une joie et une

fierté de voir qu'il est devenu en dix ans, un rendez-vous incontournable des yogis ! Le mix yoga, pratiques douces, musique live et yogi market créé par Charlotte et Mika est toujours le même. Il est né un été 2014 dans le Jardin botanique de Bordeaux, puis s'est déployé dans l'écosystème Darwin à la faveur de l'automne. Au début, le yogi market ne comptait que 10 stands contre 60 exposants aujourd'hui ! Un coin kids et un espace bien-être ont aussi vu le jour pour créer un festival à vivre en famille. Le changement qui me tenait le plus à cœur était d'apporter plus de solidarité avec des tarifs accessibles au plus grand nombre et la création des cours Karma Yoga dont 100 % des dons sont reversés à l'association de solidarité internationale Igbala.

**Quels sont les points forts de la programmation 2024 ?**

Cette édition est une fête ! Il y a une scène dédiée aux concerts dont la

tête d'affiche est Kelly Aura avec sa voix magique et ses chants médecine, mais aussi la talentueuse compositrice et multi-instrumentiste Sari Seramor qui a travaillé avec des artistes tels que Scott Page de Pink Floyd, Alex Serra et Dub FX. Et aussi du reggae dub avec le groupe Jaï, ou encore des moments de communion avec des *kirtans* et *Circle songs*. Et puis, deux moments inédits du festival : la Nuit des yogis, première retraite urbaine du Bliss avec une nuit à Darwin, deux cours de yoga et petit déjeuner, et le Bal des yogis le samedi soir avec Mika De Brito pour un *yoga flow* dont il a le secret, qui finira en *dance floor* avec le groupe Okali, talent de *The Voice 2024*.

**Qu'avez-vous envie que cet événement transmette ?**

Que nous portons en nous les clés mais que nous avons besoin les uns des autres pour ouvrir toutes les portes ! L'état de Bliss est ce moment, cette présence à l'instant et à son environnement, où corps, cœur et esprit ne font qu'un. C'est ce que le festival souhaite transmettre ; nous sommes tous un sur une seule planète. Prenons soin les uns des autres, dans la douceur, la légèreté et la joie ! ★

**BLISS**  
 Du 15 au 17 novembre 2024  
 Ecosystème Darwin, Bordeaux  
[blissbordeaux.fr](http://blissbordeaux.fr)

PRESSE PRINT





# Méditation Magazine

N° automne 2024

Diffusion : nc

Remettre de la conscience + Prendre soin de soi + Nourrir son corps et son âme

## On s'amuse avec les kids

Parce que l'écoute est l'un des plus beaux cadeaux à faire, les enfants vont adorer le principe de ce jeu de cartes : parler d'eux et de nous ! À l'aide des 33 cartes, tour à tour, on raconte et on se replonge dans de jolis souvenirs, côté parent et côté enfant. Une activité joyeuse, drôle et valorisante pour les mercredis pluvieux. **Parle-moi de moi !, Minus Éditions, 13,90 €**



## Le bien-être au bout des lèvres

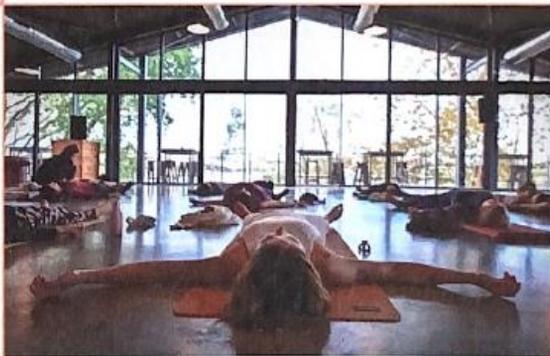
Après le succès de son baume à lèvres amande-coco, L:a Bruket associe les vertus hydratantes aux propriétés des plantes avec deux nouvelles créations bienfaitantes. Le SOS, infusé à la menthe poivrée, soulage la sensation de stress et apporte un vent de fraîcheur. Quant au Goodnight, à la fleur d'orange, il invite à la relaxation et à l'apaisement de l'esprit. Au-delà de leurs propriétés originales pour des baumes à lèvres, ils permettent aussi de vivre une expérience unique et méditative, par le geste, ancrant ainsi notre corps dans le moment présent. Un véritable rituel à inviter le soir, ou à glisser dans son sac à main.

**309 baume à lèvres SOS ; 311 baume à lèvres Goodnight, 14 g, L:aBruket, 18 €**

## Or végétal

Un air de Provence pour nous accompagner en douceur dans la saison automnale... Avec cette huile d'olive bio au nom si poétique, on cuisine en pleine conscience en valorisant le savoir-faire et l'élégance de Mira Luna. Fruité vert médium ou intense, chacun des flacons révèle la force tranquille des oliviers centenaires cultivés en biodynamie, au rythme de la lune...

**Huile d'olive vierge extra AOP Provence bio, Mira Luna, 50 cl, 22 à 25 €**



## Festival incontournable

Qui a dit que yoga et festival ne faisaient pas bon ménage ? Le Bliss Yoga Festival réunit chaque année près de 3 000 personnes venues pour méditer. Du yoga pour tous les niveaux et sous toutes les formes, ainsi que plusieurs heures de conférences et 150 intervenants, bénévoles et exposants vous attendent du 15 au 17 novembre à Bordeaux. Un marché exclusivement dédié au yoga sera également ouvert, l'endroit idéal pour flâner et se faire plaisir mais aussi pour anticiper ses cadeaux de Noël. Vous pourrez également avoir droit à un massage ayurvédique, un soin reiki et même de la réflexologie.

**Bliss Yoga Festival du 15 au 17 novembre, 87 quai des Queyries à Bordeaux, entrée 5 €**

Dites adieu à l'inflammation

**NOUVEAU N°3** *Ventre Santé*

# Dites adieu à l'inflammation

Je découvre l'alimentation anti-inflammatoire

- ✓ Les meilleures alternatives au gluten
- ✓ Nourrir son microbiote avec les aliments fermentés
- ✓ Recettes à IG bas
- ✓ Digestion, stress et vitalité, les bienfaits de la respiration

Glucides, fibres, probiotiques, choisir les bons nutriments

Alimentation • Recettes • Techniques bien-être

**Ventre & Santé**  
N° automne 2024  
Diffusion : nc



## FIBRES PROTECTRICES

Présentes en particulier dans les fruits et les légumes, les fibres alimentaires sont sources de nombreux bienfaits pour la santé, celles-ci contribuant à l'équilibre glucidique et lipidique et à la gestion du poids, et détenant des propriétés anti-cancers. Plusieurs travaux scientifiques ont également démontré que les fibres étaient aidées dans leur tâche par le système immunitaire intestinal, dont les cellules assurent notamment la tolérance alimentaire et aident à lutter contre les agents infectieux. Une nouvelle étude va plus loin en prouvant que les fibres amélioreraient également le contrôle de la glycémie grâce à ces mêmes cellules immunitaires. Une raison de plus pour bien nourrir son microbiote !

*Inserm.fr*

## HARO SUR LE MERCURE

Le mercure, ce métal encore présent dans différents produits de consommation courants, représente un problème d'ordre sanitaire et environnemental de grande ampleur en raison de sa capacité à s'accumuler dans les écosystèmes et à ses effets négatifs importants sur la santé humaine. Dans le cadre de son objectif de pollution zéro, qui vise l'abolition de substances toxiques dans l'environnement, l'Union Européenne à adopter de nouvelles règles plus strictes pour protéger les personnes et la planète de cette substance. Avec ce nouveau règlement, les États membres devront cesser la fabrication, l'importation et l'exportation des principaux produits à risque, dont les amalgames dentaires et certaines lampes, à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2025.

*Environment.ec.europa.eu*



Actus

## BULLE D'APAISEMENT

Cela fait 10 ans que le Bliss Yoga Festival fait salle comble à Bordeaux au cœur de l'écosystème Darwin, partenaire historique de l'événement. Chaque année, pratiquants débutants ou aguerris, passionnés et professionnels se réunissent pour trois jours célébrant le yoga, le mieux-être et les pratiques douces. Au programme de cette dixième édition qui aura lieu du 15 au 17 novembre 2024 : des séances de yoga Yin, Hatha ou Vinyasa, des conférences et ateliers créatifs, un yogi market pour trouver bijoux, livres, cosmétiques et autres accessoires, mais aussi un large choix de soins thérapeutiques... Une belle occasion de recharger ses batteries pendant l'automne. [Blissbordeaux.fr](http://Blissbordeaux.fr)



PRESSE PRINT



PRESSE PRINT

 **Toutes ces envies de Sortir !**  
Retrouvez en ligne l'actualité culturelle la plus complète

### MARDI 05 NOVEMBRE

**ANGOULEME**  
**CONFÉRENCE : LES CABINETS DE CURIOSITÉS** Conférence autour de l'exposition "Une nature de papier" à 15h Musée du Papier, 134 rue de Bordeaux. 3.40/2.20€. [www.angouleme.fr](http://www.angouleme.fr) 05.45.38.71.6

**LORMONT**  
**LE SIÈCLE D'OR ESPAGNOL ET LE ROMAN PICARESQUE** Conférence de l'UHPHG, par Dany Urbin-Landreau, agrégée honoraire et docteur en civilisation espagnole. De 18h30 à 20h Salle Condorcet, 12 rue Condorcet. Gratuit. [www.lormont.fr](http://www.lormont.fr)

**MONTAMISE**  
**CONFÉRENCE "LES PLANTES BOISSONS" PAR JEAN-PIERRE SCHERRER** Au cours de nos journées, entre le petit déjeuner, le repas, le moment convivial de l'apéritif ou pour le simple plaisir, nous sommes amenés à boire de nombreuses préparations à base de plantes. De 20h à 21h30 Maison de la Forêt, Chemin forestier. Gratuit. 05.49.56.59.20 [www.maisondeforet-montamise.fr](http://www.maisondeforet-montamise.fr)

**UZERCHE**  
**ATELIER FLORAL : NOËL** Atelier création de fleurs artisanales en filtre à café, en tissus, en perle. Teinture naturelle. Atelier sur 3 heures ou à la journée - 10h / 13h ou 14h / 17h Tarif : 40€ / pers pour 3h Du 5 au 6 novembre et du 12 au 13 novembre et du 3 au 4 décembre et du 10 au 11 décembre 18 Faubourg Sainte Eulalie. 40€. Uzérche.fr

### MERCREDI 06 NOVEMBRE

**LIMOGES**  
**LA PETITE SCÈNE DE TÖÖLNLÄHTI** Kamishibai d'après le livre de poésie de Anna Erämaja De 19h à 20h Centre culturel Jean Gagnant, 7 avenue Jean Gagnant. Gratuit. 05.55.45.94.00 [www.centres-culturels-limoges.fr](http://www.centres-culturels-limoges.fr)

**MONTIGNAC**  
**BOURSE AUX JOUETS** Bourse aux jouets organisée "par l'équipe friperie". Stands de particuliers, vêtements enfants et matériel de puériculture. Restauration : crêpes, gaufres, café, thé et jus de fruits. 3€ la table. Si vous souhaitez vendre, inscrivez-vous au 05 53 51 86 88 De 9h à 17h Salle des fêtes, 15 Place Élie Lacoste. 3.00€ Ville-montignac.com 04.50.65.83.76

### JEUDI 07 NOVEMBRE

**ANGOULEME**  
**JEUDI MIDI : ERRO ET LA FIGURATION NARRATIVE DANS LA COLLECTION DE L'ARTOTHÈQUE** Tous les jeudis de 12h15 à 13h, un focus vous est proposé sur une thématique en lien avec l'actualité du musée ou les collections : une manière agréable de profiter de sa pause déjeuner De 12h15 à 13h Musée d'Angoulême, Rue Cornelle. 4.40€. [www.angouleme.fr/museeba](http://www.angouleme.fr/museeba) 05.45.95.79.88

### VENDREDI 08 NOVEMBRE

**ORGEDEUIL**  
**CINÉ-DÉBAT "L'ÉCHO DU GRAND RHINOLOPHE"** En partenariat avec le bureau d'étude MDTA (structure animatrice Natura 2000), partez à la découverte de l'une des chauves-souris les plus grandes de notre région, le Grand Rhinolophe. À 18h École les Mères Poules, 4 chemin Fontchévade. Gratuit. [rochefoucauld-perigord.fr](http://rochefoucauld-perigord.fr) 06.52.24.25.91

### SAMEDI 09 NOVEMBRE

**BAYONNE**  
**ATELIER D'ÉCRITURE** Vivez un moment d'écriture créative autour du thème "Les autres". Consignes ludiques et inspirantes. Moment convivial. Ouvert à tous. De 10h à 13h. Le Bocal. De 10h à 13h LE BOCAL, 34 rue Maubec. 20€. 06.76.61.93.25 [lebocalbayonne.fr](http://lebocalbayonne.fr)

**SAINT-DENIS-D'OLÉRON**  
**LES HISTOIRES ANIMÉES DES BULO' ET LEUR ATELIER CRÉATIF** Le 2e samedi de chaque mois, la Médiathèque de Saint-Denis-d'Oléron propose des histoires animées suivies d'un atelier créatif Le 9 novembre et le 14 décembre de 10h30 à 11h30 Médiathèque municipale, 25 rue de la Libération. Gratuit. [www.st-denis-oleron.com](http://www.st-denis-oleron.com) 05.46.85.73.18 [www.mediathequestdenisoleron.fr/](http://www.mediathequestdenisoleron.fr/)

### DIMANCHE 10 NOVEMBRE

**CAPBRETON**  
**FESTIVAL INTENT #12 : CONCOURS DE TAPAS** Cette année encore, dans le cadre du festival Intent Capbreton, aura lieu LE grand concours de tapas, pour sa 5ème édition ! Alors prêts, partez...tapasoz ! De 10h à 18h Le Circus, 9 Rue du Hapchat. 5.00€. [contact@lecircus.fr](http://contact@lecircus.fr) 06.13.88.00.23

### LUNDI 11 NOVEMBRE

**ABIJAT-SUR-BANDIAT**  
**MARCHÉ CRÉATEURS** Créations originales, ateliers, démonstration, buvette, restauration, musique (concert samedi 18h), tombola Du 11 au 12 novembre (à 10h) La Grange Gros Puy. Gratuit. 04.55.78.65.03

**DAX**  
**REPAS DANSANT DE L'AMITIE** Animation musicale DJ Eric. Réservation du 29 au 31 octobre de 15h à 18h à la salle Amélie Charrière. Pas de réservation par téléphone. À 13h Salle Amélie Charrière, 98 av Francis Planté. 27€. [www.dax.fr](http://www.dax.fr)

### MERCREDI 13 NOVEMBRE

**PÉRIGUEUX**  
**MERCREDI, C'EST PATRIMOINE ! - VADROUILLE GOURMANDE** Une découverte sensorielle et gustative du patrimoine de Périgueux pour petits et grands. À partir de 4 ans. Accompagnement obligatoire d'un adulte pour les mineurs. 1h - Tarifs : de 0 à 4 € De 15h30 à 16h30 La Maison du Pâtisier, 17 Rue Éguillerie. 4.00€, 04.51.85.01.76

### JEUDI 14 NOVEMBRE

**CHÂTELAILLON-PLAGE**  
**FIFAV : RENCONTRE AVEC GUILLAUME DESMURS** Une rencontre à La Médiathèque La Malle d'Allionis lors du Festival International du Film et du Livre d'Aventure... De 18h30 à 19h30 Cour Intérieure, 20 boulevard de la Libération. Gratuit. [www.chateillaillonplage.fr](http://www.chateillaillonplage.fr) 05.46.30.55.53

BELLIBULLE X DARWIN X BIVOUAC PRÉSENTENT

# BLISS

Yoga festival 2024 10<sup>ème</sup> EDITION

15 NOV. 17 NOV.

ATELIERS • COURS DE YOGA • YOGI MARKET  
PRATIQUES DOUCES • YOGABLABLA • ESPACES KIDS  
= SCÈNES MUSICALES =

BORDEAUX INFOS ET BILLETTERIE : [BLISSBORDEAUX.FR](http://BLISSBORDEAUX.FR) @BLISSYOGAFESTIVAL

BIVOUAC DARWIN HAPPYCURTIENNS KARNIA ANNAJ.TEA artem bonheur yoga



# Sud Ouest – print / PQR

Date : 11 novembre 2024

Diffusion : Diffusion : 67 714 ex / 343 000  
lecteurs quotidiens

**SUD OUEST** Lundi 11 novembre 2024 **9**



Une centaine de cours de yoga, masterclass, ateliers et conférences sont programmés sur les huit sites du festival. ANAKA PHOTOS

## Cinq bonnes raisons d'aller au 10<sup>e</sup> festival de yoga Bliss à Bordeaux

Du 15 au 17 novembre, à Darwin et alentour, Bordeaux accueille les amateurs de yoga. Au programme, des cours, des rencontres, des concerts

En dix ans d'existence sur le site bordelais de Darwin, situé en bord de Garonne, le festival de yoga Bliss Bordeaux est devenu le deuxième plus gros événement en France. Pour cette dixième édition, du 15 au 17 novembre, le festival met un nouveau coup d'accélérateur, non seulement sur le yoga (avec plus de cent heures de cours, de masterclass et de conférence), mais surtout sur la programmation musicale, notamment en live.

**La musique**  
Plus que jamais, la musique est au cœur de cet événement, avec une scène musicale variée, des concerts quotidiens et des pratiques en live. « C'est une invitation joyeuse à chanter, danser, méditer ensemble », commente Laura Merchez, coorganisatrice de l'événement. Au programme notamment, une jam-session pour l'ouverture du Bliss, vendredi à 15 heures, avec un kirtan (des chants de mantras), suivie par une deuxième yoga jam-session, sous la houlette des deux créateurs de ce concept de festival, Charlotte-Saint-Jean et Mika de Brito, professeurs de yoga de renom. Attendues, plusieurs têtes d'affiche, comme Kelly Aura, pour une expérience à mi-chemin entre le concert et le « circle song » (l'improvisation vocale en groupe). Dimanche, place à Sari Seramor, chanteuse compositrice multi-instrumentiste de talent (elle a notamment partagé la scène avec Pink Floyd). Enfin, JA' aura l'honneur de clore le festival avec un reggae dub festif.

**Les cours de yoga**  
Au total, plus de cent heures de cours de yoga, d'ateliers et de conférences (yogablabla) seront animées par une soixantaine d'enseignants de renommée nationale ou internationale,

avec des focus sur des pratiques moins connues, comme le yoga du visage, le yoga égyptien, ou la fasciathérapie. Certains cours seront accompagnés au piano, au violon et à la flûte.

**Nouveautés**  
Cette année, l'expérience yogi ira jusqu'au bout de la nuit avec la nuit des yogis. Le concept ? Un bivouac en mode retraite urbaine aux Chantiers de la Garonne, intégrant un cours de yoga nidra (yoga du sommeil) pour mieux faire de beaux rêves dans son duvet, un cours de morning yoga au lever du soleil, avant le petit-déjeuner. Autre ambiance, le samedi soir avec le bal des yogis, animé par le professeur star Mika de Brito : il proposera un cours de flow yoga qui glissera des tapis au dancefloor, avec le DJ Elie 0 aux platines. Côté yogablabla, de nombreuses conférences sur des thèmes variés : santé physique et mentale au travail par Elodie Caillaud, ou encore SOS endométriose.

**Des animations**  
Une soixantaine d'exposants engagés et locaux exposeront leurs articles en lien avec l'univers du bien-être au yogi market en entrée libre : livres, bijoux, lithothérapie, instruments de musique, vêtements de yoga notamment.

**Les prix**  
Innovation enfin en termes de politique tarifaire, avec, toujours des cours payables à l'unité, ou des karmas yoga (sur donation libre à partir de 5 euros), mais aussi des pass journée, et même un forfait illimité (hors nuit des yogis) pour les plus motivés.

**Ande Ferbos**  
Enseignement s sur  
[www.blissbordeaux.fr](http://www.blissbordeaux.fr)

PRESSE PRINT



# Sud Ouest - print

Date : 17 novembre 2024

Diffusion : 67 714 ex / 343 000 lecteurs quotidiens

PRESSE PRINT

**Le monde peut nager** - coach du Pôle France Creps de Bordeaux, Aurel est la responsable de ment à Guyenne Handi-Nage. Il a les mêmes réactions qu'un valide, à saon peut se noyer facilement. On commence de la poussée d'Archil fait que tout corps plongé dans un liquide subit une poussée de bas vers le haut. Pour les pathologies lourdes, les entraîneurs vont dans l'eau avec la personne dont ils s'occupent. Le tout est de disposer de suffisamment de créneaux dans les piscines, ce qui est le cas à Bordeaux, grâce à l'attention dont à toujours fait preuve, selon Stéphanie Smadja, le service des sports de la mairie. « Vous ne pouvez pas faire nager six, huit ou dix personnes dans une même ligne, remarque-t-elle. Vous avez autant de handicaps que de gens qui ont un handicap. La pédagogie est totalement individualisée. Tout le monde peut nager, ou profiter du bien-être aquatique, quel que soit son handicap. C'est le principal frein à la pratique, c'est soi-même ou son entourage. »

**« Ça ne me convainc pas »** - Contrairement à la plupart des parents présents, Sébastien a une chance : Diane, sa fille, veut suivre ses pas. « Je m'y connais un peu en écoles d'ingénieurs, puisque j'en ai fait une et que je travaille avec elles maintenant. Je ne connais pas la moitié des écoles présentes, ça ne me convainc pas vraiment. » Un constat que Laure Julitte avait déjà pu faire lors des dernières éditions du salon : « Avec la crise, les parents préfèrent trouver des équivalences publiques aux coûteux et incertains bachelors des grandes écoles. »

**« Il faut des plans B, C et même D »** - On y trouve donc des jeunes, mais surtout leurs parents, qui sont souvent plus nombreux : « Il y a en moyenne 44 % de lycéens et 48 % de parents », s'amuse Laure Julitte. Et justement, dès l'entrée, Antoine, 17 ans, scrute les stands avec son père et sa mère. Si le lycéen vise Sciences Po, ses parents affirment : « C'est toujours bien d'avoir un plan B, C ou même D. » Ils sont venus de Bergerac spécialement pour l'occasion. « Ça nous rassure aussi », rigole Florence, la mère d'Antoine. « Les choses ont beaucoup évolué depuis la dernière fois qu'on a mis les pieds à l'école, ajoute son mari Alexis. On se tient au goût du jour pour accompagner notre fils. » A quelques stands de là, au milieu du service santé, Dorothee aussi est un peu perdue. Sa fille n'est encore qu'en première mais se dirige vers

**« Ça ne me convainc pas »** - Contrairement à la plupart des parents présents, Sébastien a une chance : Diane, sa fille, veut suivre ses pas. « Je m'y connais un peu en écoles d'ingénieurs, puisque j'en ai fait une et que je travaille avec elles maintenant. Je ne connais pas la moitié des écoles présentes, ça ne me convainc pas vraiment. » Un constat que Laure Julitte avait déjà pu faire lors des dernières éditions du salon : « Avec la crise, les parents préfèrent trouver des équivalences publiques aux coûteux et incertains bachelors des grandes écoles. »

**Orianne Gendreau**

## BORDEAUX Le Salon de l'Étudiant attire surtout les parents

Hier, le Palais des congrès a accueilli son salon annuel des grandes écoles, réparties en trois grands thèmes : commerce et ingénierie, métiers de la santé et art digital. De quoi orienter les enfants mais surtout rassurer les parents

Dans les grandes allées du Palais des congrès de Bordeaux, une foule de lycéens perdus et de parents angoissés se pressent ce samedi. Le Salon de l'Étudiant vient d'ouvrir ses portes pour la journée. Plus d'une centaine de stands proposent des formations autour des écoles d'ingénieurs, de commerce mais aussi des métiers de la santé et de l'art digital. « Nous avons choisi de présenter un salon avec seulement trois corps de métiers, parce que c'étaient les thèmes les plus prisés sur Parcoursup, explique Laure Julitte, commissaire des Salons de l'Étudiant et responsable de celui de Bordeaux. L'avantage de ce salon par rapport à celui que l'on fera mi-janvier, c'est qu'il est plus petit. Les jeunes peuvent plus facilement naviguer entre les stands. »

les filières paramédicales. « Je ne connais pas du tout ce secteur, nous sommes venus voir tout ce qui existait dans le domaine. » Si la mère de Sidonie ne s'y connaît pas non plus en termes d'études médicales, il y a un point sur lequel elle ne se fera pas avoir. « En tant que parents, on se rend compte qu'il existe beaucoup d'écoles très onéreuses et pas forcément très fiables. » Le prix, c'est justement ce qui titille la plupart des parents à qui Maxime, étudiant en école de commerce et animateur du stand de son école, a parlé. « On les rassure, on essaie de leur donner des conseils mais c'est vrai que la question des tarifs revient souvent. » Pour Sébastien, ingénieur, le problème n'est pas tant le prix que le manque de reconnaissance de ces

nouvelles écoles. « Quel intérêt de payer pour avoir un diplôme non reconnu ? », s'offusque-t-il.

**« Ça ne me convainc pas »** - Contrairement à la plupart des parents présents, Sébastien a une chance : Diane, sa fille, veut suivre ses pas. « Je m'y connais un peu en écoles d'ingénieurs, puisque j'en ai fait une et que je travaille avec elles maintenant. Je ne connais pas la moitié des écoles présentes, ça ne me convainc pas vraiment. » Un constat que Laure Julitte avait déjà pu faire lors des dernières éditions du salon : « Avec la crise, les parents préfèrent trouver des équivalences publiques aux coûteux et incertains bachelors des grandes écoles. »

**Orianne Gendreau**



Laurent Chardard a rendu visite, avec ses médailles paralympiques, aux autres licenciés de Guyenne HandiNage à l'occasion d'un déjeuner à la piscine Tissot. JEAN MAURICE / CHACUN / SO

### à Los Angeles »

rière, aux Jeux, il serait disqualifié. « Je n'avais pas le droit de parler, apprend-il. Ça a été un coup dur. » Il ne restait que quelques mois avant l'événement planifié. « Quand les autres nageurs m'ont vu arriver, ils se demandaient ce que je faisais, raconte-t-il. Je nageais avec mes deux prothèses de surf, alors qu'en para-natation, on n'a aucune prothèse. Au bout de trois mois, j'ai compris que j'allais plus vite sans. » L'idée de participer un jour aux Jeux paralympiques ne lui avait pas effleuré l'esprit. « Ce n'était pas du tout mon objectif », avoue-t-il. Référence de son sport en France, Jean Vivensang, lui, s'était fait son opinion : « J'ai l'habitude. J'ai tout de suite vu qu'il avait une glisse extraordinaire. » La suite ? « On a planifié quelque chose sur quatre ans pour monter en puissance jusqu'à Los Angeles », confie Laurent Chardard.

**E. C.**

façon d'aller de l'avant est sa grande force. En 2017, lorsqu'il s'est inscrit à Guyenne HandiNage après un an de rééducation, c'était pour pouvoir refaire du bodyboard. « Quand les autres nageurs m'ont vu arriver, ils se demandaient ce que je faisais, raconte-t-il. Je nageais avec mes deux prothèses de surf, alors qu'en para-natation, on n'a aucune prothèse. Au bout de trois mois, j'ai compris que j'allais plus vite sans. » L'idée de participer un jour aux Jeux paralympiques ne lui avait pas effleuré l'esprit. « Ce n'était pas du tout mon objectif », avoue-t-il. Référence de son sport en France, Jean Vivensang, lui, s'était fait son opinion : « J'ai l'habitude. J'ai tout de suite vu qu'il avait une glisse extraordinaire. » La suite ? « On a planifié quelque chose sur quatre ans pour monter en puissance jusqu'à Los Angeles », confie Laurent Chardard.

**E. C.**



Parents et enfants ont déambulé entre la centaine de stands du Palais des congrès. THIERRY DAVID / SO

### BORDEAUX La « grande tribu » du festival de yoga Bliss fête ses 10 ans

Le festival se tient jusqu'à aujourd'hui à Darwin. Au menu : plusieurs ateliers, de nombreux stands et deux concerts

« Fermez les yeux, observez ce qu'il se passe » : des dizaines de personnes se tiennent debout, les yeux clos. Elles sont venues à Darwin pour assister à un atelier de yoga, organisé dans le cadre du festival Bliss, qui souffle cette année sa

dixième bougie. L'événement se tient jusqu'à aujourd'hui et compte « plus de cent heures d'intervention », souligne Laura Merchez, directrice du festival. Pour faire le bonheur des petits et des grands, des professeurs de yoga

proposent des ateliers d'initiation, accompagnés d'une soixantaine de stands mis en place. Aurore Moine est venue exposer des amulettes en pâte auto durcissante, faites à la main. « Je fais du yoga depuis vingt ans et c'est la deuxième année que je participe au festival », se réjouit-elle. « C'est une grande tribu : des amitiés, des rencontres et des collaborations professionnelles sont nées à Bliss », ajoute Laura Merchez. Deux concerts sont organisés aujourd'hui à 15 et 18 heures pour fêter le dixième anniversaire de l'événement.

**I. B.**



### Festival de yoga Bliss à Bordeaux : la dixième édition en images

🕒 Lecture 1 min

Accueil • Gironde • Bordeaux



Plus de 2 000 festivaliers, 65 intervenants et des visiteurs tout le week-end pour la dixième édition de Bliss, le festival de yoga, pratiques douces et musique qui, chaque année, pose ses tapis à Darwin à Bordeaux. © Crédit photo : ANAKA

[Lien](#)

### À Bordeaux, la « grande tribu » du festival de yoga Bliss fête ses 10 ans

🕒 Lecture 1 min

Accueil • Culture • Sortir à Bordeaux



Plus de 60 intervenants proposent des ateliers lors du festival de yoga Bliss, du 15 au 17 novembre, à l'espace Darwin de Bordeaux. © Crédit photo : J. R.

[Lien](#)

### Cinq bonnes raisons d'aller au dixième festival de yoga Bliss à Bordeaux

🕒 Lecture 2 min

Accueil • Santé • Bien être



📷 Une centaine de cours de yoga, masterclass, ateliers et conférences sont programmés pour ce dixième festival, qui se tiendra sur huit sites différents autour de Darwin. © Crédit photo : ANAKA PHOTOS

[Lien](#)

Concerts et Festivals

Sortir

# Bliss, le festival du bien-être va avoir lieu à Bordeaux

 Eugenie Lucas · 24 octobre 2024

0 commentaires 750 likes 3 minutes de lecture

Ah, **Bordeaux**... ville de la vigne, des quais et désormais, des yogis ! Si tu cherches à te ressourcer en novembre, le **Bliss Festival** est fait pour toi. L'événement incontournable du yoga pose ses tapis dans l'univers unique de **Darwin**, à **Bordeaux**. Ce lieu alternatif, connu pour son ambiance art et éco-responsable, est parfait pour déconnecter du quotidien et se plonger dans trois jours de bien-être, de partage et de musique.

PRESSE DIGITALE



Plus de 100 heures de cours, 60 intervenants et des événements exclusifs au Bliss Festival. – ©Bliss/Anaka Photographie

Parmi les **exclusivités** de cette édition, il y a des moments magiques comme la **Nuit des Yogis**, la **Cérémonie Cacao** ou encore le **Bal des Yogis**. Attention, les places pour ces événements spéciaux sont limitées, alors n'oublie pas de **réserver rapidement** si tu veux y participer.



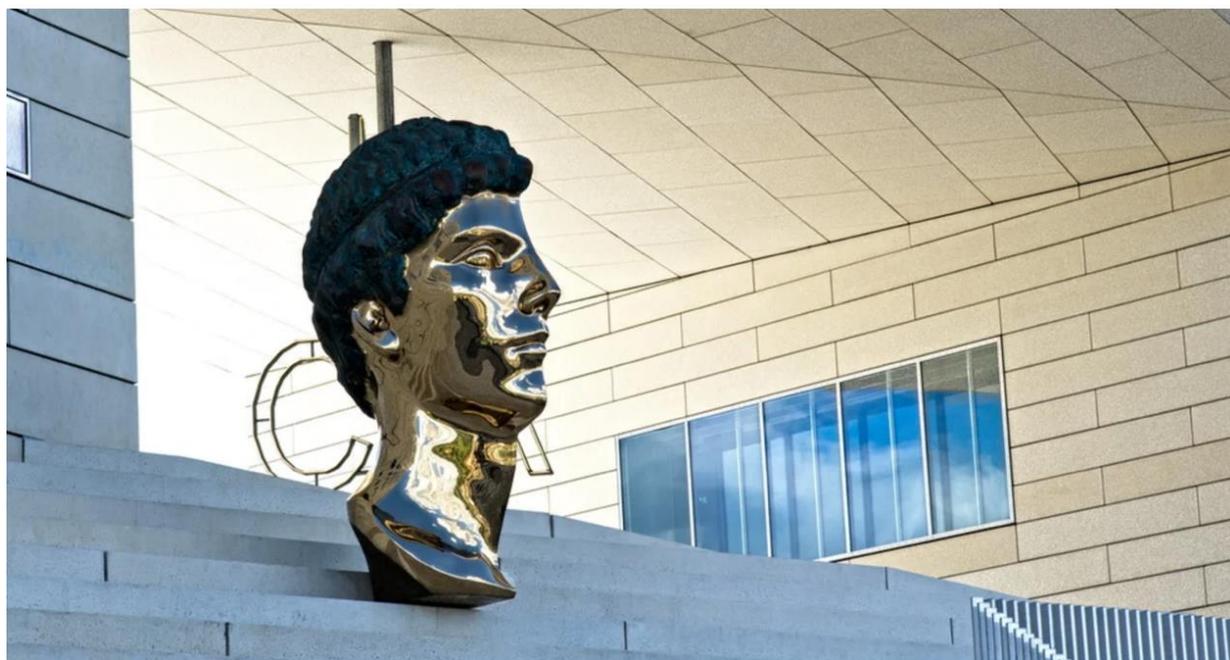
137  
INTERACTIONS

Partager : 

Ah, Bordeaux... ville de la vigne, des quais, et désormais, des yogis ! Si vous êtes dans le coin du 15 au 17 novembre et que vous cherchez un *festival à Bordeaux* qui sort de l'ordinaire, le Bliss Festival est l'événement à ne pas manquer. Installé dans l'ambiance décontractée et arty de Darwin à Bordeaux, ce rendez-vous de bien-être promet de vous faire oublier les tracas du quotidien. Et si vous ne connaissez pas encore Darwin, disons simplement que c'est l'endroit parfait pour lâcher prise. Vous y retrouverez des ateliers, des cours de yoga variés, des concerts live et même un marché dédié aux yogis. Alors, prêt(e) à entrer dans l'univers du Bliss Festival ?



## 5 - Les rendez-vous du week-end



Sur les gradins de la MécA, la demi-tête d'Hermès en bronze est une œuvre de Benoît Maire appelée « *Un détail* » (Photo : Frac MécA).

**Vernissages**, cours de dessin, **festival de yoga**... La rédaction vous livre son **agenda** de la fin de semaine. Alors, quoi de prévu à Bordeaux ?

### **Et de l'activité physique**

- Dès aujourd'hui et jusqu'à dimanche, le [festival Bliss Yoga](#) s'installe à **Darwin** pour une **10<sup>e</sup> édition** et propose pas moins de **100 h de yoga** (à partir de 5 €).
- Les temps forts ? Le **Yoga Village** et ses 60 stands, la **Nuit des Yogis** ou encore le **Bal des Yogis**. Retrouvez tout le programme sur ce [lien](#).
- Et si vous préférez le **pilates**, le nouveau [Soda Studio](#) organise des **portes ouvertes** ce samedi au 4 rue de Strasbourg. De quoi tester le *Pilates Reformer* !



Cette semaine, c'est officiel... Le thermomètre est passé plusieurs fois sous les 10 degrés. Un moment pénible pour les plus frileux de notre équipe. On n'avait qu'une envie, c'était de se mettre bien au chaud, et pas n'importe où ! **Direction les spas et hammams de Bordeaux** pour bien décompresser.

## Que faire ce week-end à Bordeaux ?



Ce week-end, on rira devant le **Tartuffe** de Molière, on se relaxera au **Bliss Yoga Festival** à Darwin et on s'émerveillera devant une tapisserie inspirée du Voyage de Chihiro. Les plus jeunes pourront découvrir une multitude de métiers aux salons de l'Étudiant. On terminera ces trois jours en soutenant le peuple libanais lors d'un **concert solidaire**. Le corps et l'esprit seront nourris et reposés, prêts à affronter une nouvelle semaine !

[Le programme est par ici](#)

### Ressources et bons plans



#### **BLISS Yoga Festival, un événement bien-être 15 - 17 novembre**

Le BLISS, festival incontournable dédié au yoga et aux pratiques douces, vous donne rendez-vous à Darwin pour 3 jours de yoga et de partage, 90h de programme avec plus de 60 intervenants !

Le Bliss est devenu en quelques années un festival de yoga incontournable. Plus de 2500m2 dédiés à l'événement, 3000 visiteurs & yogis, 100 professionnels (enseignants, thérapeutes, intervenants et exposants) qui font communauté le temps d'un week-end pour partager avec joie leur passion.

Au programme, des cours accessibles à tous, 11 ateliers, un Yogi Market avec 60 exposants locaux, des conférences, ainsi qu'un espace détente et une zone kids. L'entrée est gratuite pour le marché et les conférences, tandis que les cours sont à partir de 15€.

Pour en savoir plus sur cet événement, c'est [ici](#).

### La mission avec Le Kocon !

**Près d'1 enfant sur 3 se trouve sans mode de garde formel et forcément, l'un des deux parents est affecté.**

En France, 56% des enfants sont gardés par leurs parents à domicile.

Pour la plupart, ce n'est pas un choix. Selon Emmanuel Macron, il manquerait près de 200 000 places en France.

Depuis 2021, Le Kocon accompagne les jeunes parents, entrepreneurs, indépendants et salariés en remote en leur proposant un espace de coworking et une crèche adossée afin de les aider à équilibrer vie professionnelle et personnelle.

Si vous voulez en savoir plus, [contactez-nous](#) !

Newsletter du 14 novembre 2024

## NEWSLETTER DU 16 AU 22 NOVEMBRE

 **VIW : VERY IMPORTANT WEEK !** 

Vous ne le savez peut-être pas encore, mais cette semaine est très importante. Non pas parce qu'on fête la journée mondiale de la chocolatine (et oui, parce que c'est comme ça qu'on le dit et pas autrement, nom d'un petit bonhomme !), mais à cause d'une date à retenir : la **journée internationale des droits de l'enfant**, le 20 novembre (précédée, le 19 novembre, de la journée pour la prévention des abus envers les enfants...). Une occasion de sensibiliser ses petits et grands à une multitude de thèmes qui les concernent directement : égalité, handicap, protection contre toutes formes de violences, respect de la différence, droit de s'exprimer et d'être entendu, et tant d'autres.

Pour ce qui est du droit à l'éducation et aux loisirs, on peut déjà se laisser tenter par nos (B)zzZooms chaque semaine !

Lisez-nous, écoutez-nous et belle semaine à votre tribu !  
**L'équipe de Clubs & Comptines** 

**Bliss Bordeaux – Festival Yoga**  
Du vendredi 15 au dimanche 17 novembre



Sur 8 espaces de Darwin et des quais, une centaine d'heures de cours, des concerts, le bal des yogis, etc. **DÈS 4 ANS, COURS KIDS ET PARENTS-ENFANTS** (gratuit pour le parent accompagnateur)...

Billetterie et programme sur [blissbordeaux.fr](http://blissbordeaux.fr)

**Yoga parents-enfants** : samedi 15h-16h avec Muriel Rondeau, à la Manufacture de Darwin.

**Yoga kids** : samedi 16h30-17h30 avec Muriel Rondeau, au Chantier Nicolas, sur les quais. Cours **parents-enfants** : les émotions au bout des doigts avec Sophie Giran, dimanche 15h-16h, au Chantier Nicolas. **Yoga kids** : dimanche 16h30-17h30 avec Muriel Rondeau, au Chantier Nicolas.

**ESPACE KIDS** : la Fabrique bilingue accueille les enfants à partir de 4 ans, pour un moment fun en anglais. Pendant ce temps, maman ou papa profitent d'un super cours de yoga au festival !

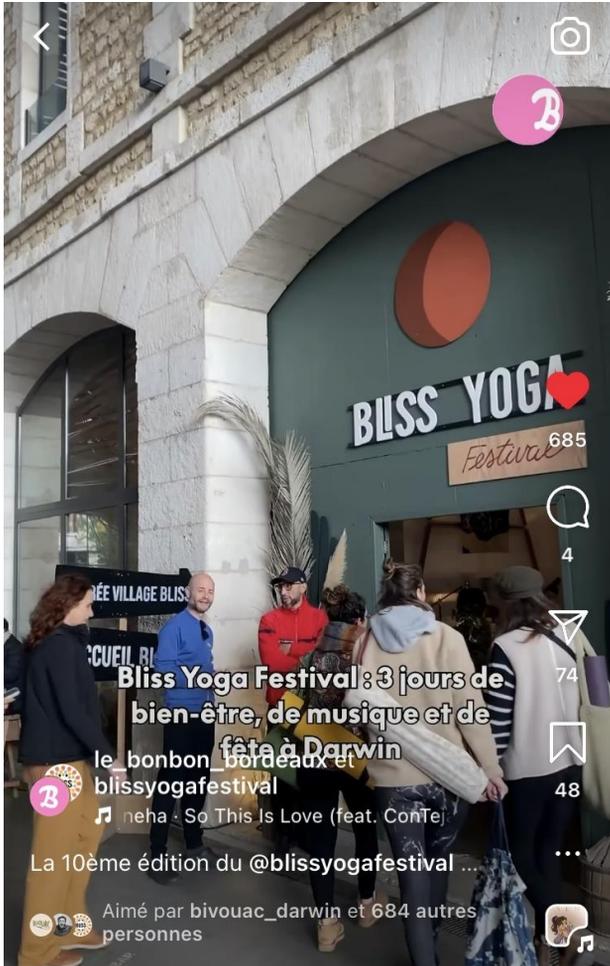
Samedi & dimanche 10h-18h (12€ / 1h30, réservation conseillée au [hello@fabriquebilingue.com](mailto:hello@fabriquebilingue.com) ou 06 30 42 57 73). Et bien sûr, une multitude de cours pour les adultes et le **Yogi market & Bien-Être** (vendredi 15h-19h samedi & dimanche 10h-19h) : en accès libre, grand marché avec plus de 60 stands & créateurs, mais aussi pause massage, réflexologie, reiki, coiffeur...



## Le Bonbon (Instagram)

Abonnés : 127 k

Date : 14 novembre 2024



685 4 74

Aimé par bivouac\_darwin et d'autres personnes

**le\_bonbon\_bordeaux** La 10ème édition du [@blissyogafestival](#) se tiendra ce weekend, du 15 au 17 novembre au sein de l'écosystème Darwin 🧘. 3 jours de Yoga, de musique et de fête pour célébrer cet événement devenu incontournable : plus important festival de Yoga de la région Nouvelle-Aquitaine et 2ème en 🇫🇷.

Au programme : + 100H de cours, d'ateliers, de Yogablaba autour des pratiques douces, + de 65 intervenants, un Yogi Market en entrée libre avec une soixantaine d'exposants de marques locales et engagées, un espace et des cours Kids Friendly 🧒. La musique sera au rendez-vous, l'ouverture du Festival avec un kirtan du groupe bordelais Lilâm, en têtes d'affiche Kelly Aura, Sari Seramor, Jai en clôture et un Bal des Yogis le samedi soir 🥁.

Toute la programmation et la billetterie en ligne : <https://www.blissbordeaux.fr/>

[#bordeaux](#) [#bordeauxcity](#) [#bordeauxnews](#)  
[#bordeauxactus](#) [#bordeauxvideo](#) [#bordeauxreel](#)  
[#bordeauxmaville](#) [#bordeauxinfos](#) [#igersbordeaux](#)  
[#bordeauxdarwin](#) [#bordeauxyoga](#) [#blissyogafestival](#)

14 novembre



## Air Zen Radio (Instagram)

Abonnés : 7 355

Date : 21 juin 2024 à l'occasion du point presse



53 2 7

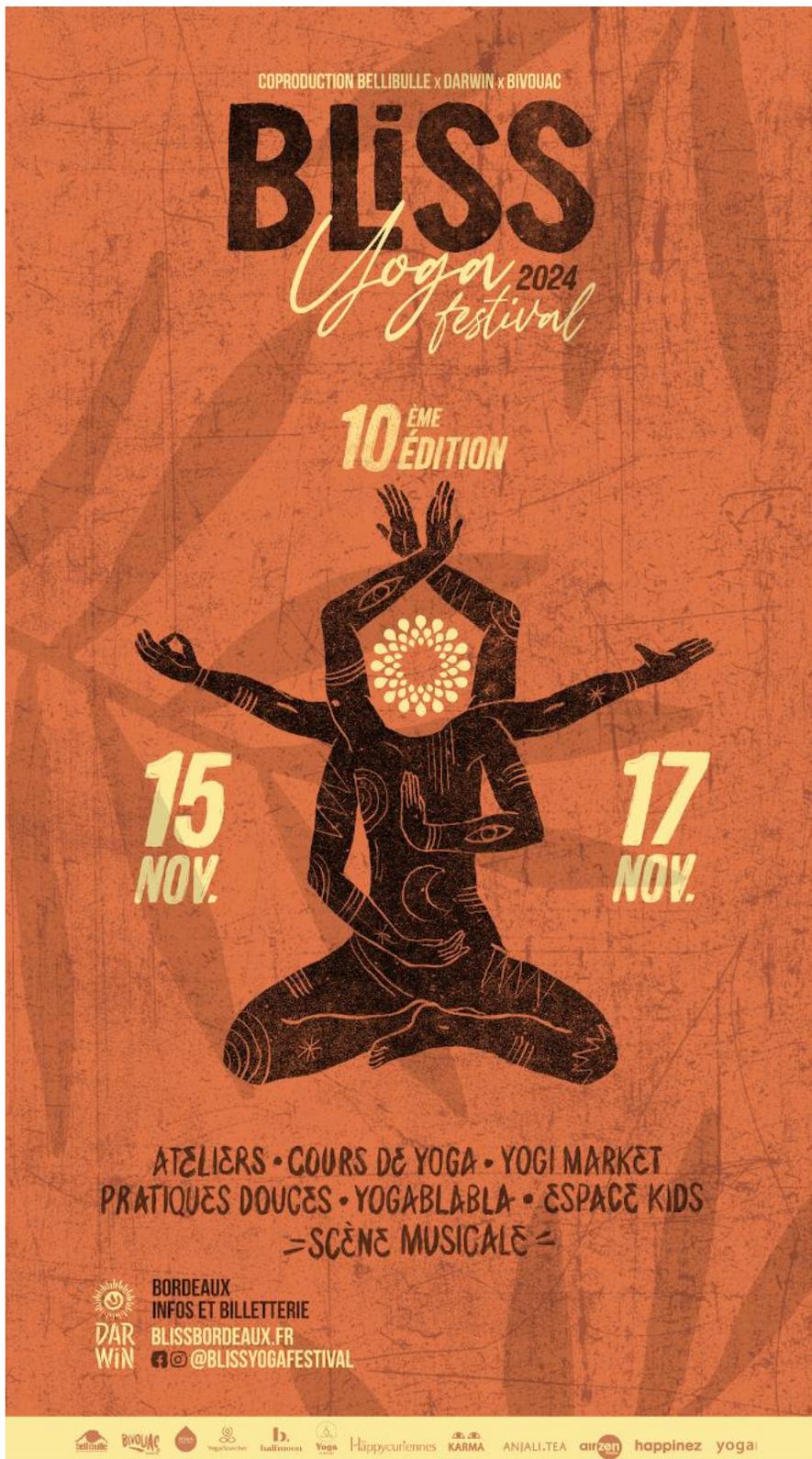
Aimé par bivouac\_darwin et d'autres personnes

airzenradio Aujourd'hui, les yogis célèbrent le solstice d'été ☀️

Laura Merchez (@blissyogafestival) organisait ce matin à @bivouac\_darwin le challenge 108 salutations au soleil, suivi d'une conférence et d'un petit déjeuner 💜

🧘 Le Bliss Festival revient cet automne pour sa 10ème édition.

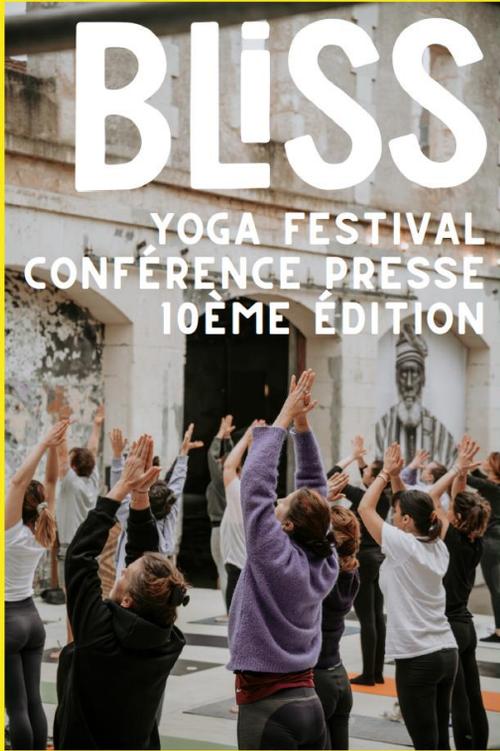
#blissfestival #yoga #21juin #solstice  
#summersolstice #bordeaux #darwinbordeaux  
#fetedelamusique @hangar\_darwin @darwin.camp



## Outils presse

- Invitation au point presse le 21 juin 2024 à l'occasion de la Journée internationale du Yoga pour annoncer la 10<sup>ème</sup> édition du Bliss Yoga Festival
- Dossier de presse 10<sup>ème</sup> édition
- Communiqué de presse programmation 2024

## INVITATION PRESSE



VENDREDI 21 JUIN  
9H30

AU BIVOUAC  
DARWIN

### CONFÉRENCE DE PRESSE

10ème édition du Bliss Yoga Festival  
qui aura lieu du 15 au 17 novembre 2024

Laura Merchez, directrice du festival co-produit avec Darwin,  
présentera cette édition anniversaire  
qui s'annonce festive, magique & kids friendly.

**Vous êtes conviés à venir partager un petit déjeuner**  
healthy et plein de bonnes vibes

**À 9H30 AU BIVOUAC**  
studio yoga et espace mieux-être de Darwin

**LE RENDEZ-VOUS ANNUEL TANT ATTENDU DES YOGIS DÉVOILERA  
LES PREMIERS NOMS DE SON LINE-UP :  
DES INTERVENANTS FIDÈLES, ATTENDUS, RECONNUS,  
POUR MARQUER LES 10 ANS.**

**UN PROGRAMME RICHE DE NOUVEAUTÉS EST EN PRÉPARATION  
POUR CÉLÉBRER CE FESTIVAL DEVENU INCONTOURNABLE  
DANS L'UNIVERS DU YOGA ET DU BIEN-ÊTRE.**

**DÈS 8H**

**aura lieu le challenge yoga des 108 salutations au soleil\***  
à l'occasion de la journée internationale du yoga.

Envie de relever le défi ? Rejoignez-nous !

CONTACT PRESSE

Caroline Caille - C.com/Care  
0610777121  
carolinecaille.ccomcare@gmail.com



**Le challenge yoga 108 Surya Namaskar\***  
co-organisé par le studio du Bivouac  
et Laura Merchez, rencontre un **succès grandissant**  
à chaque édition pour célébrer les changements de saisons.

Pour l'équinoxe du printemps en mars,  
ils étaient 40 yogis à faire les 108 salutations au soleil.  
**Plus de 60 sont attendus pour le 21 juin de 8h à 10h !**

Cette date est en effet une **triple célébration** :  
journée internationale du yoga,  
fête de la musique et solstice d'été.

Cet **événement grand public est sur donation libre**  
en soutien à l'écosystème associatif et solidaire de Darwin  
(accessible à tous sauf débutants - apporter son tapis)

Il se clôture autour d'un **petit-déjeuner offert**  
par les partenaires de Darwin et du Bliss  
(boulangerie Babel Bread, café l'Alchimiste, chocolat Origines,  
boissons Karma, tisanes Anjali Tea).

\* La **salutation au soleil** (Surya Namaskar en sanskrit) est une méditation dynamique  
qui se pratique traditionnellement au lever du soleil pour réveiller le corps en synchronisant souffle  
et mouvement. Le **chiffre 108 symbolise** - 1 l'Unité - 0 le vide - 8 l'infini.

## Invitation presse

Diffusion début juin 2024 pour convier la presse locale à un point presse le 21 juin à l'occasion de la Journée Internationale du Yoga et le Challenge Yoga 108 Surya Namaskar

## 10ème édition BLISS Yoga Festival

Du 15 au 17 novembre 2024



### Le BLISS est une fête !

*Un hymne à la JOIE & au PARTAGE pour célébrer le Yoga*

#### 10 ans de TRANSMISSION, de DON et de FÊTE !

La magie opère chaque année ! Cette édition anniversaire placée sous le signe de la célébration, du don et de la transmission s'annonce d'autant plus festive. Pour fêter la 10<sup>ème</sup> du BLISS Yoga Festival, sa Directrice Laura Merchez, en co-production avec l'écosystème Darwin, réserve une programmation pointue de cours et de masterclass de Yoga, de pratiques douces variées et novatrices, un Yogi Market toujours très attendu pour profiter d'un weekend ressourçant et plein de découvertes. La musique s'invitera avec des lives et artistes qui viendront faire vibrer ces 3 jours de joie et de partage.

Le Line Up, à la hauteur de tous ceux qui font rayonner le BLISS depuis 10 ans, fait la preuve une fois encore, que le festival, est, incontournable dans l'univers du bien-être.

Pour célébrer les 10 ans, les fondateurs du BLISS Charlotte Saint-Jean et Mika de Brito, parrains de l'événement, brilleront en tête d'affiche aux côtés de nombreux autres professeurs de renommée internationale et au rayonnement local (Cyril Moreau, Matthieu Boldron, Raphan Kebe, Céline Hwang, Valentina Duna...).

#### Un vent de nouveauté souffle sur le BLISS :

- o **La nuit des yogis** – une expérience unique et immersive pensée comme une retraite urbaine à Darwin
- o **Une scène dédiée** pour les concerts avec des têtes d'affiche (Kelly Aura, Sari Seramor)
- o **Des cours inédits en musique live** (yoga & piano live, yoga & violon, bains de gong, cercle de chant...)
- o **Des expériences transformatives** (yoga & émotions, hypnose, voyage chamanique, cérémonie du cacao)
- o **De la danse** au rendez-vous comme un trait d'union entre art et Yoga
- o **Un festival kids friendly** avec des cours et un espace enfant dédié avec la Fabrique Bilingue



## Dossier de presse 10<sup>ème</sup> édition

Diffusion en juin 2024 pour annoncer les dates, la thématique, les temps forts de cette édition anniversaire, retour sur la genèse du Festival



Le nom du BLISS incarne les valeurs et fondamentaux du festival :

- B** E un temps pour plonger en soi, respirer et pratiquer
- L** OVE de la joie partagée & des concerts
- I** NSPIRE des conférences inspirantes & un yogi market
- S** HARE food trucks & espace kids
- S** MILE la bonne humeur au rendez-vous pour 3 jours de Yoga & de pratiques douces

En chiffres :

- 3** jours **90 H** de programme
- 50** intervenants **50** « bénéLove »
- 60** exposants au Yogi Market
- 3 000 m2** l'écosystème Darwin battra au rythme du BLISS avec des espaces de pratiques atypiques
- 3 000** visiteurs et yogis

## UNE HISTOIRE DE DON, DE TRANSMISSION ET DE PASSIONS

Depuis sa genèse, le BLISS Yoga Festival est un événement local, éthique et solidaire.

**Il est incarné dans l'emblématique et précurseur écosystème Darwin, à Bordeaux.**

Créé en 2014 par Charlotte Saint Jean et Mika de Brito, le festival fédère les professionnels du yoga et du mieux-être en Nouvelle-Aquitaine autour du plaisir de la transmission.

C'est un moment de partage entre paires qui privilégie les rencontres et favorise les co-crétions et les collaborations professionnelles.

**La tribu du BLISS** est composée d'une centaine de personnes (intervenants et « bénéLove<sup>®</sup>») qui s'impliquent dans le festival sur le **principe du karma yoga\*** - l'action désintéressée.

Chaque année cette tribu fidèle et unie s'ouvre à de nouveaux intervenants pour proposer à tous les Yogis, des plus novices aux plus avertis, une programmation de qualité.

**UNE EDITION ANNIVERSAIRE QUI CÉLÈBRE** cet engagement collaboratif **ET HONORE** le BLISS

**Laura Merchez directrice du BLISS depuis 2018** souhaite avant tout faire rayonner les valeurs du BLISS qu'elle incarne : un festival local et solidaire pour donner et recevoir, dans la joie et la simplicité.

*« Créer des événement collaboratifs et fédérateurs est inscrit dans mon ADN.  
Je ne sais pas faire autrement que de faire ensemble !*

*Le principe de Karma Yoga, où chaque intervenant enseigne bénévolement, a été décidé collectivement dès ma reprise du BLISS Yoga Festival. Chacun.e est là pour donner de soi et transmettre avec passion ses enseignements. C'est grâce à cela que le BLISS vibre avec cette énergie si particulière.*

**« C'est un événement qui bat avec un cœur énorme, dans le partage, l'amour et la joie. »**  
*explique-t-elle.*

## Dossier de presse 10<sup>ème</sup> édition



C'est bel et bien une histoire de transmission puisque Laura a été initiée au yoga dès son plus jeune âge par sa mère, une yogini avertie qui, à plus de 75 ans, assiste maintenant aux cours de sa fille ! Le yoga, le sport et le mouvement ont toujours été présents dans sa vie. D'aussi loin qu'elle s'en souvienne, elle a toujours donné des cours aux copines.

Après plus de 15 ans directrice d'une agence graphique et événementielle dans l'économie sociale et solidaire (ESS), l'envie de se former émerge pour équilibrer le corps et l'esprit. Elle débutera en 2011 avec le Pilates, puis obtient son diplôme d'éducatrice sportive et compte aujourd'hui plus de 500 heures de formations (Vinyasa, Yoga De Gasquet, Danse du Dragon, Yin...). La dernière en date, le yoga vinyasa Space & Flow®, une pratique entre Yoga et Danse, qui compte seulement 2 professeurs formés en France !

Lorsque la créatrice du Festival Charlotte Saint Jean, qui a formé Laura 4 ans plus tôt, lui propose de reprendre la direction du BLISS, c'est comme une évidence : l'élève reprend naturellement le flambeau en alliant sa passion pour le mouvement à son expertise en événementiel.

*Un bel exemple de cheminement personnel et d'entrepreneuriat au féminin, dans lequel Laura a su SE créer et retrouver équilibre et harmonie.*

Dès le départ, Laura a pris le parti d'ancrer les racines du festival dans son territoire, possible grâce au foisonnement et à la grande qualité des intervenants de Nouvelle Aquitaine. Depuis sa première édition du BLISS en 2018, elle valorise une programmation avec des acteurs prioritairement locaux, tout en s'ouvrant à des experts venus d'horizons plus lointains.

En tant qu'enseignante et directrice du BLISS, Laura a souhaité mettre en lumière pour cette 10ème édition, les mentors qui l'ont formé, les professeurs qui l'ont soutenu dès les premières heures du festival et les professionnels qui l'inspirent :

**Charlotte Saint Jean**, formatrice yoga Shiva Shakti®, auteure, directrice du studio en ligne Yoga chez Moi et créatrice du Bliss

**Mika de Brito**, yogi nomade à l'aura internationale et créateur du Bliss

**Cyril Moreau**, formateur et directeur du studio Nataraja à Bordeaux

**Valentina Duna**, créatrice du festival Fractalya Celebration et formatrice yoga et yoga du son

**Raphan Kebe**, musicien, formateur international et créateur du yoga Space&Flow®

**Céline Hwang**, ex-danseuse et exploratrice du mouvement, experte en fascias

**Mathieu Boldron**, professeur et formateur de yoga d'envergure internationale

**Isabel Daverat Pettineo**, experte en yoga, pranayama et respiration

**Camille Sfez**, psychologue, auteure et spécialiste des cercles de femmes

**La boucle vertueuse du donner et recevoir, est bouclée ! Mais Laura ne compte pas s'arrêter là ...**

...quelques idées sont en germe. « Depuis le début, faire tourner le Bliss sur d'autres territoires au fil des saisons a toujours été une inspiration », précise-t-elle. Rendez-vous sur le site [www.blissbordeaux.fr](http://www.blissbordeaux.fr) pour le programme complet à venir.

\*Le festival BLISS est basé sur le principe du donner / recevoir, aussi simple et essentiel que l'est la respiration, inspire / expire, une des clés de la pratique du yoga.

Dans le programme, certains cours sont sur donation pour financer des actions de solidarité internationale avec 100% des dons reversés à l'association **Igbala**. Une association franco-togolaise reconnue d'intérêt général qui œuvre pour la protection de l'enfance et de l'environnement. Elle a construit le centre d'accueil "la Maison d'Igbala" au Togo en 2009 et accueille plus de 90 enfants. C'est près de 2.000 euros qui sont reversés chaque année à Igbala grâce à la générosité du public du festival.

C'est dans cette même logique de solidarité, mais au niveau local, que le festival reverse une part de son chiffre au **Fonds de dotation de Darwin** qui structure les missions d'utilité sociale actives sur la Caserne Niel. Il soutient aujourd'hui plus de 20 associations résidentes et une centaine d'événements par an dans les domaines des cultures urbaines, de l'agriculture en ville, de la citoyenneté, de la solidarité ou encore des sports. Le BLISS se retrouve totalement dans sa participation à cette forme d'économie circulaire directe, où les biens générés par le festival sont utilisés pour appuyer la vie associative, sociale et culturelle local.

Contact presse : **Caroline Calle**  
06 10 77 71 21 | [carolinecalle.ccomcare@gmail.com](mailto:carolinecalle.ccomcare@gmail.com)  
ITW, reportages, visuels, accréditations sur demande

**Dossier de presse 10<sup>ème</sup> édition**

## NAMASTÉ AUX PARTENAIRES

*Des collaborations bienveillantes qui participent au succès du BLISS*

### DARWIN ECO-SYSTÈME

Darwin soutient le festival et les valeurs qu'il défend en nous ouvrant grandes ouvertes ses portes et ses espaces. Des équipes dédiées qui accompagnent le projet avec le sourire et professionnalisme !

<https://darwin.camp>

### YOGA CHEZ MOI

1er site français de yoga en ligne avec une équipe qui partage ses passions – yoga, pilates, danse, nourriture & une hygiène de vie saine, musique, bien-être, photographie, nature – à travers des séances filmées, des images, des articles et aussi des cours et retraites. <https://www.yogachezmoi.com>

### YOGA SEARCHER

"Sur le chemin du bonheur, enveloppe ton corps et ton esprit du plus bel habit." Yoga Searcher, c'est l'accomplissement d'un rêve, la rencontre de plusieurs talents unis autour d'une même passion, le yoga et l'art de vivre qui en découle. Yoga Searcher habille, pour leur plus grand bonheur, le staff des intervenants et bénévoles.

<https://yogasearcher.com/fr/>

**KARMA KOMBUCHA** Vivante, jamais pasteurisée, Karma Kombucha est une boisson vivifiante 100 % bio avec de nombreuses saveurs festives et délicieuses. Dégustation offerte aux participants ici et là au gré du festival. Boisson fermentée fabriquée en France, dans leurs ateliers en Bretagne.

<https://www.biogroupe.com/fr/karma#kombucha>

**LES HAPPYCURIENNES** Développée par Carole, éco-cosmétologue, Les Happycuriennes est la 1ère ligne holistique de soins et sérums bio & vegan formulés à froid avec des plantes choyées au cœur des terroirs du Sud-Ouest. Cette joyeuse marque propose de vivre au rythme du slow bonheur avec un rituel de beauté minimaliste et complice avec la peau. Les Happycuriennes prône une beauté positive et bienveillante, éloignée des diktats de la beauté parfaite. <https://leshappycuriennes.com>

**YOGA IN THE CITY** Pour vivre une expérience unique du Yoga ; dans notre studio Bali des Chartrons, sur notre terrasse le long du quai ou dans un de nos spots préférés sur Bordeaux. Sur le Bliss, vous tomberez sous le charme de notre combi VW « My Sweet Combi », transformé en photo booth, qui vous permettra d'immortaliser votre passage sur le festival ! <https://yoga-inthecity.fr>

**Anjali.tea** x Le Bliss, c'est une complicité dès le lancement de cette nouvelle marque holistique d'infusions biologiques, qui contribue à harmoniser le corps et l'esprit dans le plus grand respect de la nature. Fondée par Sophie Dumas Giran, inspirée par sa pratique du yoga, de la réflexologie et du Jin Shin Jyutsu, Anjali.tea propose une expérience unique alliant la dégustation de recettes délicates et la pratique des Mudras, une gestuelle ancestrale désignée comme le « yoga des doigts » pour canaliser l'énergie. <https://anjalitea.com>

**Yoga Magazine** propose à ses lecteurs et lectrices de vivre le yoga et ses bienfaits en puisant dans ses pages la beauté, l'authenticité et l'inspiration qui leur permettront de trouver leur équilibre, en matière de santé, bien-être, souplesse et bonheur. Tout en respectant la profondeur de cette pratique et philosophie millénaire, la paix et la tranquillité qu'elle apporte. <https://www.yoga-magazine.fr>

**HAPPINEZ** est un magazine unique en France alliant profondeur, sagesse et art de vivre pour inspirer chacun dans sa quête vers l'épanouissement... Chaque numéro est un voyage où se mêlent découverte de soi, plaisir des yeux et inspirations. <https://www.happinez.fr>

**AirZen** est la nouvelle radio nationale française. Le monde dans lequel nous entrons est plus complexe ; le climat, les ressources, les risques, le travail, la politique... Mais pour affronter les prochains défis qui sont devant nous, les Français ont soif de positif. Air Zen, c'est **la radio des bonnes ondes 100% positives**, pour vous aider à vivre mieux ! <https://www.airzen.fr>

**Dossier de presse 10<sup>ème</sup> édition**



**Les 10 ans du Bliss Yoga Festival - Une édition qui s'annonce grandiose ! Célébrée en musique pour vibrer en(corps) plus fort avec des expériences inédites.**

Du 15 au 17 novembre, c'est tout l'écosystème Darwin à Bordeaux qui respirera à l'unisson avec le Bliss Yoga Festival. Laura Merchez, sa directrice, a mis tout son cœur et son énergie pour monter cette édition anniversaire :

*« C'est l'occasion de célébrer toutes celles et tous ceux qui sont dans l'aventure à mes côtés depuis les débuts du Bliss, ceux qui m'inspirent ou par lesquels j'ai eu l'honneur d'être formée sur mon parcours d'enseignante de yoga et Pilates. Et puis, je voulais que le Bliss soit vibrant et encore plus festif avec cette année une scène musicale dédiée et plus de cours en musique live ».*

**3 jours dédiés au Yoga et aux pratiques douces, et aussi un yogi market, pour découvrir, vibrer et flâner.**

Au programme, de ce festival devenu incontournable dans l'univers du yoga en France (le plus important de la région Nouvelle Aquitaine et le 2<sup>ème</sup> festival de yoga en France) :

+ de 100h de cours, d'ateliers et de Yogablaba

+ de soixante intervenants de toute la région Nouvelle-Aquitaine et même de la scène internationale

**Le Yogi Market**, en entrée libre, présentera une soixantaine d'exposants locaux et engagés pour s'inspirer, se faire plaisir et dénicher des cadeaux avant le rush des marchés de Noël

**Kids friendly** pour profiter en famille avec des cours enfants, parents-enfants, ou encore un espace garderie avec la Fabrique Bilingue

**EXCLUSIVITÉS 10 ANS**

**Une scène musicale** avec chaque jour des concerts et encore plus de **pratiques en musique live**

**Une jam session pour l'ouverture** du Bliss le vendredi entre Kirtan et yoga

**La nuit des Yogis** le vendredi soir, la retraite urbaine du Bliss en mode bivouac

**Le Bal des Yogis** le samedi soir, avec un flow yoga de Mika de Brito et DJ set live



**Communiqué de presse 10<sup>ème</sup> édition**

Diffusion en octobre 2024 pour annoncer la programmation + le visuel du Festival

## Une jam session d'ouverture

Une invitation joyeuse à chanter, danser, méditer tous ensemble pour lancer cette 10ème édition.

Une jam session pour l'ouverture du Bliss à 15h le vendredi avec un Kirtan (chant de mantras) et des guests surprises. Suivi à 16h30 par un Yoga Jam session guidé par les 2 créateurs du Bliss Charlotte Saint Jean et Mika de Brito.

## La scène musicale

Kelly Aura, la tête d'affiche du Bliss, offrira un moment à l'unisson entre concert et circle song :

Une expérience à vivre entre la puissance des chants médicinaux, mêlée à sa voix divine, qui sublimerait cette 2ème journée du Bliss (Samedi 16/11 de 16h30 à 17h30).

Sari Seramor proposera un moment unique entre concert et cercle de chants pour libérer sa voix. Chanteuse-compositrice et multi-instrumentiste talentueuse elle a partagé la scène avec des musiciens renommés tels que Scott Page de Pink Floyd, ou Alex Serra et Dub FX (Dimanche 17/11 de 15 à 17h).

JAÏ viendra clôturer le festival avec un reggae dub festif un live instrumental original et évolutif, alternant atmosphères indiennes planantes et productions dub aux sonorités électro pour un voyage aussi bien sonore que visuel (Dimanche 17/11 de 18h à 19h).

## La Nuit des Yogis, une première unique imaginée comme une retraite urbaine

Les Yogis pourront vivre une nuit magique, en mode bivouac, pour s'endormir un peu plus près des étoiles, avec une vue imprenable sur Bordeaux.

Au programme : un cours de Yin Nidra à 21h par Amaryllis Joskowisc, avant de glisser son bandeau de nuit pour un repos ressourçant. Au réveil, un Morning Yoga avec Charlotte Saint-Jean, suivi d'un petit déjeuner sain pour bien démarrer la journée (du vendredi 15/11 à 21h au samedi 16/11 à 9h).

## Le Bal des Yogis

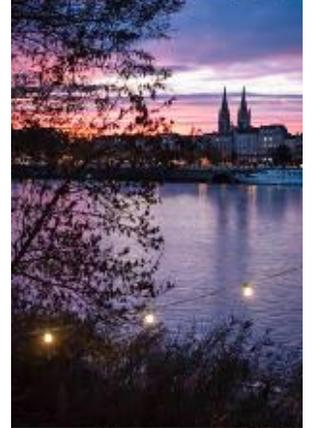
En présence du co-fondateur du Festival et figure emblématique de la scène yogique : Mika de Brito pour un cours dont il a le secret qui évoluera d'un vinyasa flow vers le dance floor avec un DJ set live de DJ Elie.ô (Samedi 16/11 de 19h30 à 21h30).

Des tarifs accessibles à tous pour profiter d'un weekend bien-être et festif :

- BE** Cours (15€ l'unité, carte 3 cours 40€) Atelier 35€
- LOVE** Concerts entre 10 et 20€
- SHARE** Nuit des Yogis 75€ pour une expérience exceptionnelle (nuit en dortoir, 2 cours de yoga et petit déjeuner - places limitées à 35 personnes)
- INSPIRE** Pass journée à partir de 75€ (samedi ou dimanche)
- SMILE** Pass Bliss 160€ (festival en illimité hors Nuit des yogis)
  
- KIDS** Cours à 10€ (payant enfant, gratuit adulte cours parent/enfant)
- YOGABLABLA** Gratuits et en accès libre
- YOGI MARKET** En accès libre
- KARMA YOGA** Cours sur don dès 5€ avec 100% des recettes reversées à l'association de solidarité internationale Igbala pour ses projets de développement et d'éducation en Afrique.

Programmation et billetterie en ligne [www.blissbordeaux.fr](http://www.blissbordeaux.fr)

Lieu : Ecosystème Darwin – 87 Quai des Queyries 33100 Bordeaux



**Communiqué de presse 10<sup>ème</sup> édition**