



Extract of Vivre en Comminges

<https://vivreencomminges.org/Vivre-en-Comminges-L-emission-de-2782.html>

# **[Vivre en Comminges] L'émission de radio #105 : Lunartemis : cycle féminin et plantes**

- Archives de l'Agenda -

Publication date: mardi 5 juin 2018

Creation date: 5 juin 2018

---

**Copyright © Vivre en Comminges - Tous droits réservés**

---

Tous les 1ers mardis du mois le rendez-vous de l'association Vivre en Comminges.

- ▶ **DIRECT sur Radio Coteaux : mardi 5 mai 2018 18h : 104.5 ou 97.7 FM ou sur le web. Studio de St-Blancard (Gers).Retour ligne manuel**
- ▶ **REDIF sur Radio La Locale : les lundis à 23h et les samedis à 16h : 97.3 FM ou sur le webRetour ligne manuel**
- ▶ **REDIF sur Radio Coteaux : mardi 19 mai à 20h (3ème mardi du mois)**
- ▶ **S'abonner au podcast de l'émission avec votre lecteur de son préféré avec le [lien podcast de l'émission de Vivre en Comminges](#)**

## Réécouter l'émission sur cette page :

cliquez sur le triangle blanc sur fond vert, avance rapide en cliquant sur la barre de défilement

## Télécharger l'émission :

cliquez à droite puis "enregistrer la cible du lien sous..."

### L'émission entière :

```
.mejs-container.mejs-dewplayer{background:none} .mejs-dewplayer
.mejs-controls{background:none} .mejs-dewplayer .mejs-controls
.mejs-playpause-button{width:42px} .mejs-dewplayer .mejs-controls
.mejs-playpause-button
button{background:url("https://www.vivreencomminges.org/plugins/auto/
player/v2.7.7/css/img/controls-dewplayer.png") no-repeat left
-32px;width:36px;margin-right:0} .mejs-dewplayer .mejs-controls
.mejs-play button:hover{background-position:left 0} .mejs-dewplayer
.mejs-controls .mejs-pause button{background-position:left -64px}
.mejs-dewplayer .mejs-controls .mejs-pause
button:hover{background-position:left -96px} .mejs-dewplayer
.mejs-controls div.mejs-time-rail{padding-top:2px} .mejs-dewplayer
.mejs-controls .mejs-time-rail span{height:16px;border-radius:4px}
.mejs-dewplayer .mejs-controls .mejs-time{padding-top:5px}
.mejs-dewplayer .mejs-controls .mejs-time-rail
.mejs-time-total{background:#eaeaea} .mejs-dewplayer .mejs-controls
.mejs-time-rail .mejs-time-loaded{background:#eaeaea} .mejs-dewplayer
.mejs-controls .mejs-time-rail .mejs-time-current{background:#A7DE6B}
.mejs-dewplayer .mejs-controls
.mejs-currenttime-container{position:absolute;top:4px;right:50%;margin-r
ight:-18px;color:#fff;z-index:2} .mejs-dewplayer .mejs-controls
.mejs-currenttime-container::after{content:"|";display:block;position:absol
ute;color:#fff;right:-1px;top:1px;height:16px;width:auto;padding:5px 0 0}
.mejs-dewplayer .mejs-controls
```

```
.mejs-duration-container{position:absolute;top:4px;left:50%;margin-left:18px;color:#fff;z-index:2} .mejs-dewplayer .mejs-controls  
.mejs-volume-button{width:1px;visibility:hidden} .mejs-dewplayer  
.mejs-controls  
div.mejs-horizontal-volume-slider{width:1px;visibility:hidden}
```

**Emission  
#105 : Lunartemis :: juin 2018**

[Fichier mp3 à télécharger](#) ( 121,5 Mo)

### Sommaire de l'émission :

- **Le répondeur avec vos messages : 09.72.38.40.01** et l'[Agenda](#)

- Le sujet du mois :

- 



**Lunartemis : l'observation du cycle féminin et les plantes qui l'accompagnent.** Un chemin vers la paix individuelle et collective ainsi que vers la sobriété heureuse avec comme invité Nydia et Solène. Site web : [lunartemis.jimdo.com/](http://lunartemis.jimdo.com/) (agenda, contacts et biblio : plus bas sur cette page)

- Les chroniques :
  - [Chronique d'Ana](#) : les poupées du ventriloque
  - **Chroniques plantes de Marie** : l'Alchémille, une plantes des femmes.
  - [Lecture de résistance par Ana](#) : Comment la non-violence protège l'état de Gelderloos, les éditions LIBRE
  - **Lecture en direct de Fanny** : 100 questions sur le consentement

*Avec l'équipe de Vivre en Comminges pour cette émission : Christian, Christophe, Ana, Angelo, Marie.*

---

## Sélection musicale :

- Musique : Jacques BREL - Les Singes
  - GUERILLA FRESCA - Ainsi Va La Vie
  - LES AMIS D'TA FEMME - La java des bons enfants
- 

## Participer :

- Envoyez-nous par courriel, ftp ou courrier vos musiques et reportages : grouperadio @ ) vivreencomminges.org
- Téléphoner pendant l'émission : 05 62 66 92 25
- Laissez-nous vos messages répondeur : 09 72 38 40 01

**Vos messages seront diffusés pendant l'émission !**

Cela peut être une réaction à la dernière émission, un coup de gueule sur l'actualité Commingeoise, l'annonce d'un évènement que vous organisez (concert, projection, débat...), des critiques sur l'émission, des encouragements, un poème, un avis ou un témoignage sur les sujets de l'émission...

# Lunartemis : l'observation du cycle féminin et les plantes qui l'accompagnent

Un chemin vers la paix individuelle et collective ainsi que vers la sobriété heureuse avec comme invité Nydia et Solène.

## Les ateliers sur le cycle féminin

Des ateliers pour aller explorer en profondeur chaque phase du cycle.

- ▶ Atelier 2 : la phase ovulatoire : mère, expression et compassion. 22 juillet 2018
- ▶ Atelier 3 : la phase post-ovulatoire : visionnaire, intuition et sensibilité. 21 octobre 2018
- ▶ Atelier d'introduction, entrée dans le cycle féminin : 25 novembre 2018.
- ▶ Atelier 4 : la phase menstruelle : sorcière, introversion et rêve. 20 janvier 2019

Il est possible d'assister à un atelier sans avoir participé aux ateliers précédents.

Ces ateliers s'adressent aux femmes de tout âge désirant mieux se connaître et prendre soin d'elles en toute simplicité grâce aux plantes.

### Lunartemis

Ateliers à Gensac-de-Boulogne à Ecolectif (31350) de 9h à 17h.

*Prix libre.*

**Inscriptions** : ateliers.lunartemis (@) gmail.com ou 06 66.84.08.43

Site web : [lunartemis.jimdo.com/](http://lunartemis.jimdo.com/)

## Bibliographie :

- ▶ Rêver l'obscur Femmes, magie et politique Starhawk : Editions Cambourakis
- ▶ Sagesse et pouvoirs du cycle féminin Santé, fertilité, plantes amies et symbolique : découvrez tous les secrets de votre bien-être Marie Pénélope Pérès et Sarah-Maria Leblanc Editions Chrysalide
- ▶ Lune Rouge Miranda Gray Macro éditions
  
- ▶ Le livre du cycle féminin à mettre entre toutes les mains de Raïssa Blankoff aux éditions Amyris
- ▶ Les trésors du cycle de la femme de Maïtie Trélaün aux éditions Jouvence
- ▶ Vivre sa fertilité naturellement de Milène Clichy aux éditions Myriadis
- ▶ La médecine des femmes de Mona Hebert aux éditions le souffle d'or
- ▶ Herbal healing for women de Rosemary Gladstar
- ▶ Mamamélis : manuel de gynécologie naturopathique à l'usage des femmes de Rina Nissim
  
- ▶ Slow Sex - Faire l'amour en conscience. Diana Richardson. Almasta Editions.

Lunartemis  
vous invite

# ATELIERS LE CYCLE de la FEMME et LES PLANTES qui l'ACCOMPAGNENT

Des ateliers pour aller explorer en profondeur chaque phase du cycle.

**Atelier 1:** phase pré-ovulatoire: *amazone, sauvage et libre* - 22 avril 2018

**Atelier 2:** phase ovulatoire: *mère, expression et compassion* - 22 juillet 2018

**Atelier 3:** phase post-ovulatoire: *visionnaire, intuition et sensibilité* - 14 octobre 2018

**Atelier 4:** phase menstruelle: *sorcière, introversion et rêve* - 20 janvier 2019

**Atelier 5:** Partage avec les hommes  
date encore à définir.

animés par  
Solène Le Hinchet  
de ARTEMISIA INFUSIONS  
et Nydia Solis de  
FEMMES de BOUE

PRIX LIBRE

Notre intention est de créer un groupe de femmes qui encourage à la connaissance de soi et puisse être un lieu de soutien, d'écoute et de partage. Le suivi des 5 ateliers permet de rester en lien et forme une globalité.

INFOS / INSCRIPTIONS  
[www.lunartemis.jimdo.com](http://www.lunartemis.jimdo.com)  
ateliers.lunartemis@gmail.com  
0652691094

## Agenda :

- La prochaine animation de Marie Schonne (Chronique sur les plantes) se déroulera le 22 juin, sur le thème de la

Diététique et aura lieu au Bouquet Garni, l'Epicerie fine de Boulogne sur Gesse. Marie y sera tout au long de la journée pour parler et proposer des conseils naturels autour de l'assimilation des nutriments.. bref de la digestion !

**FÊTE DU SOLSTICE D'ÉTÉ**  
PREMIÈRE ÉDITION  
23 JUIN 2018  
À SARP (65)

**VENEZ**

**FÊTER**  
le solstice d'été !!

**RENCONTRER**  
en tissant des liens sociaux  
et en partageant la mémoire  
culturelle liée au  
« Jour de la Saint Jean »

**DÉCOUVRIR**  
les plantes cueillies et  
transformées traditionnellement  
le jour du solstice d'été, leurs  
différentes préparations ainsi  
que leurs usages

**CRÉER**  
des produits naturels  
dans nos ateliers  
de préparation

**VOUS AMUSER**  
en participant à des  
activités gratuites et prix libre  
pour tout public

SERPENTES ET CHAMPIONS

Logo:

Logos at the bottom:



# PROGRAMME

**12H : REPAS PARTAGÉ**

**14H : « SORTIE BOTANIQUE »**  
et « Conte dans la forêt » dans les bois de Sarp

**16H : ATELIERS DE TRANSFORMATION**  
**DE 16H AU COUCHÉ DE SOLEIL**

- Mini-laboratoires de transformation  
*Macérations solaires, alcoolatures, onguents...*
- Préparation de Jus de fleurs  
*de Valériane pour le soin du jardin*
- Dégustation de boissons  
*Sirups, tisanes, élixirs, vins et autres breuvages.*
- Distillation de plantes aromatiques
- Confection de couronnes de plantes  
*de la Saint-Jean*
- Visite du Jardin pédagogique

**17H30 : GOUTER PARTAGÉ**  
Rencontres, Discussion,  
Us et Coutumes, Contes,  
Regard historique sur la Saint-Jean

**18H : « BALADE CONTÉE »**

**20H : REPAS PARTAGÉ ET CHANTÉ**

**23H : MISE AU FEU DU BRANDON** (Village de Sarp)  
**CANTADA ET BAL OCCITAN**  
(Eth Ostau Comengés)

Information :  
Association Serpettes et chaudrons  
06.45.73.75.78

1er Marché à Couladère  
24 juin à 14 h - 19 h Gratuit



Inscriptions sur [contact@monnaie libre occitanie.org](mailto:contact@monnaie libre occitanie.org)

# Marché à Couladère 10h-19h

## Dimanche 24 Juin 2018

RDV au Pass'rêve 10h Accueil des exposants  
chemin du port 12h Repas partagé  
31220 Couladère 14h Ouverture du Marché

Monnaie Libre Occitanie

altsysnet

### [Après-midi &#486;marché des Créateurs](#)

Pass'rêve

Impasse du port - 31220 Couladère

L'association Transition-Volp-Garonne nous accueille au pass'rêve pour notre 1er Marché de la Saint June.

Nourriture, buvette, plantes, savons, objets confectionnés ou de seconde main seront disponibles à la vente en 1

[Faites une demande si vous souhaitez y participer comme exposant.](#)

## Annonce

**Une épicerie bio-sociale et solidaire est sur le point de voir le jour à Cazères sur Garonne.**

A ce jour l'association qui a créé ce projet a acquis les locaux, mais il leur manque de l'argent pour faire les travaux, l'aménagement ainsi que l'équipement pour la vente. Pour aider cette initiative ou allez voir ce projet :

[fr.ulule.com/aseapossible/](http://fr.ulule.com/aseapossible/).

Cette épicerie Bio-sociale et solidaire permet ainsi un accès a une alimentation choisi, équilibrée et de qualité pour tous.