



TANTRA & BDSM

Un atelier inclusif pour explorer les liens entre Tantra et BDSM

Plongez dans une expérience unique où le Tantra rencontre le BDSM, deux univers qui, à travers leur apparente opposition, partagent un socle commun : la présence à soi et à l'autre. Cet atelier propose une exploration riche et profonde, mêlant souffle, mouvement, conscience et présence, pour redéfinir votre relation au consentement, à la sensualité, à la sensorialité et au plaisir.

Un espace pour déconstruire des scripts et être créatif.ve.s

- Explorer le consentement comme une pratique consciente et dynamique, où chacun.e exprime ses limites, ses envies et son confort dans l'instant. Chaque interaction sera précédée d'un accord explicite, qu'il s'agisse d'un contact physique, d'un regard soutenu ou d'un partage verbal. Vous êtes libre à tout moment d'accepter, de refuser ou de réajuster votre participation.
- Approfondir sa qualité de présence grâce à des techniques de respiration et d'attention consciente.
- Jouer avec les multiples dimensions des sensations : redécouvrez le potentiel sensoriel de votre corps, en jouant avec les textures, les intensités, et les contrastes, dans un cadre sécurisé et bienveillant.
- Redéfinir la notion de douleur : en revisitant vos perceptions, découvrez comment la douleur peut se transformer en une sensation pouvant ouvrir à des états de conscience modifiés, à la libération émotionnelle, et au plaisir.
- Explorez des jeux de rôles créatifs, où vous pouvez réinventer votre relation à la sexualité, aux normes, et aux tabous, pour vous reconnecter à votre créativité érotique.

Cet atelier ne se limite pas à des techniques ou à une exploration physique. C'est aussi une invitation à dépasser les conditionnements et à découvrir de nouveaux espaces intérieurs et relationnels, où la vulnérabilité et le pouvoir s'entrelacent. C'est une invitation audacieuse, où l'art du jeu permet d'exprimer plusieurs facettes de son être, dans le respect de ses limites et de ses désirs.

La nudité est possible, en respectant vos envies et vos limites.
L'atelier peut également se faire sans nudité.

Infos Cet atelier s'adresse à toutes personnes majeures, en solo ou en relation (quelle que soit sa forme) curieux.se.s d'explorer ces dimensions de manière consciente et respectueuse. Il est ouvert à toutes orientations sexuelles.

Il aura lieu le dimanche 22 mars 2026 de 10H00 à 18H00 au centre de Lausanne.
L'atelier coûte 180 CHF. par personne.

Conditions En cas d'annulation jusqu'à 22 jours avant l'atelier, aucun frais n'est retenu.
Entre 21 et 7 jours avant l'atelier, 50% du prix de l'atelier est retenu.
Dès 6 jours avant l'atelier, 100% du prix de l'atelier est retenu.
Le montant ne peut pas être reporté sur un autre atelier.

Si vous ne vous présentez pas à l'atelier, il n'est pas non plus remboursé.
Vous pouvez essayer de trouver une personne qui vous remplacerait et qui vous rembourserait directement. En cas d'annulation de ma part, la totalité de l'atelier vous est remboursé.