

respire

N°57

Juin-Juillet 2026

BIEN-ÊTRE

Cultiver les heureux
hasards

CRÉATIVITÉ

Écouter la douce
musique du vent

ÉQUILIBRE

Donner sans
attendre en retour

SOIN DE SOI

Vive les premiers
rayons de soleil

respire

Créer du temps pour soi

À GAGNER

Une escapade
pour 2 personnes
chez Coucou
Cabanes

L'art de cultiver des jardins de fleurs Comment partager ses émotions en public ? *À vélo sur les routes de France* Mettre de la couleur sur son chagrin *Échange de maison : un cercle vertueux*

L 16935 - 57 - F : 8,50 € - RD



Respire n°57

100 PAGES

DÎNERS IMMERSIFS

Fondée en 2023 par Lyse de Quillacq et Axelle Delorme, l'agence Art dating transcende l'expérience artistique. Fini les longues soirées de vernissages et les échanges restreints que celles-ci peinent à offrir, le duo nous invite à plonger au cœur de l'univers des artistes. Réalisés sur-mesure aux côtés de chefs et scénographes de talent, les dîners immersifs sont pensés avec soin pour accueillir une dizaine de convives, amateurs d'art ou curieux, se prêtant au jeu d'une expérience humaine et sensible. Pour cette édition, l'artiste contemporain Silvère Jarrosson nous ouvre les portes de son atelier le temps d'une soirée, entre art et science, manifestation du corps et éloge du mouvement, joyeusement inspiré de sa formation initiale de danseur à l'Opéra de Paris.

Dîner immersif dans l'atelier de Silvère Jarrosson organisé le 30 juin 2026 à Vitry-sur-Seine.
Informations sur artdating.fr



VOYAGE IMAGINAIRE

De Bali à Istanbul, en passant par l'Inde, l'Afrique du Sud et la France, Louise puise son inspiration là où elle pose ses valises. Après une formation en école de commerce et plusieurs expériences en entreprise, c'est à l'âge de 28 ans que cette aventurière dans l'âme décide d'emprunter un nouveau chemin. Le dessin devient alors son refuge, et ses puzzles, une évidence qu'elle imagine d'abord pour elle-même et qui deviendront de véritables supports d'intention et de transformation pour tous ceux qui les assemblent. Accompagnés d'une méditation guidée et d'une *playlist* soigneusement sélectionnée par la jeune femme, les puzzles *Incantation & Co* transcendent l'expérience créative à travers la mise en place d'un rituel méditatif qui apaise le mental et cultive la gratitude.

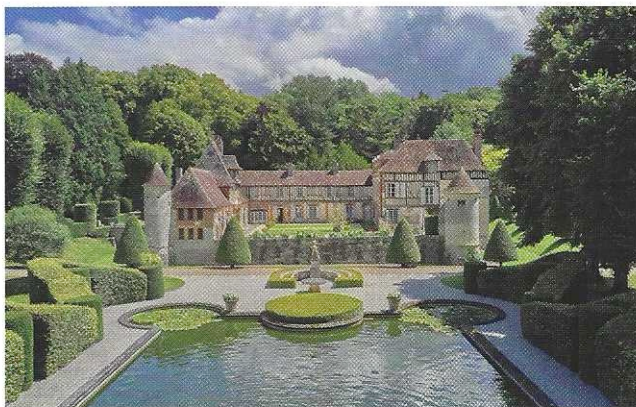
Puzzles 1000 pièces ou 99 pièces, Incantation & Co



LABYRINTHE DE MÉDITATION

Niché au cœur du Pays d'Auge entre Lisieux et Deauville, le château de Boutemont célèbre la beauté, la nature et la sérénité avec ses sept bâtiments historiques, son bassin et ses dix jardins. Datant de la Renaissance, le site propose un parcours ressourçant aux identités multiples à travers une biodiversité florale riche. Depuis le 4 avril, le site a réouvert ses portes avec une nouveauté : un labyrinthe de méditation sans équivalent en France. Connu depuis l'Antiquité pour ses vertus apaisantes, le labyrinthe de méditation est dédié au silence et au bien-être. Avec son chemin unique menant vers un centre symbolique, il fait place à la marche méditative dans un cadre exceptionnel. Un parcours pédagogique et ludique est également prévu pour les enfants.

Château et jardins Boutemont, chateauboutemont.com



SE FACILITER LA VIE

Parfois, trouver une place dans sa valise pour la trousse de toilettes représente un défi de taille. Cette trousse a justement été conçue pour pallier ce problème : grâce à son format plat, elle est facile à glisser entre un ordinateur portable et un pull. Né de la volonté de créer un objet de voyage pratique et agréable d'utilisation, son design à la fois fonctionnel et esthétique lui donne des allures de décoration de salle de bains ; elle dispose en plus de deux compartiments intérieurs qui lui permettent de tenir debout lorsqu'elle est ouverte. Disponible en plusieurs tailles et motifs, cette trousse allègera votre charge mentale lors de la préparation de vos bagages.

*Trousse de toilettes
Twin, Venitee Family,
plus d'informations sur
veniteefamily.com*

