

L'ASSOCIATION SOCIOCULTURELLE ET DE LOISIRS LES CARRÉS VOUS PROPOSE

TOUT FEU TOUT FEMME

un FESTIVAL carrément FÉMININ

5^{ème} édition

19 AU 24 OCTOBRE 2026



EXPOSITIONS - RENCONTRES - ATELIERS
et plus encore...



ASSOCIATION
SOCIOCULTURELLE
ET DE LOISIRS

FESTIVAL TOUT FEU TOUT FEMME

Elles sont artistes, sportives, autrices, politiques, engagées.
Elles, ce sont toutes les femmes qui animent ce lieu d'expériences, de créativité, de réflexion, d'échanges et d'innovation sociale. Une semaine foisonnante et conviviale, carrément féminine.

EXPOSITIONS

en accès libre

" LA FEMME DANS LES YEUX DES ADHÉRENT-ES "

Et vous, vous voyez quoi ?

Du mardi 6 au samedi 17 octobre 2026

" LES JEUNES ARTISTES À L'HONNEUR "

De nouveaux regards sur les femmes.

Du lundi 19 octobre 2026 au 06 novembre 2026

Vernissage le lundi 19 | 18h30

PETIT SALON DES CRÉATRICES

Elles créent. Vous découvrez. Vous soutenez.

Samedi 24 | 14h00 - 17h00



ATELIERS LIBRES

APÉRO-BIBLIO *avec le club de lecture féministe d'Annecy*

Quand les lectures nourrissent les luttes.

Mercredi 21 | 18h00 - 19h00

BRODERIE *avec Lydie Vuillemin*

Création d'une toile brodée collective.

Vendredi 23 et Samedi 24 | 15h00 - 17h00

COLLAGE *avec Anaïs Renaud*

Découper, assembler, détourner et créer son propre univers.

Mercredi 21 | 15h00 - 17h00

GOÛTER ET PANCARTES FÉMINISTES *avec l'équipe des Carrés*

Des mots pour revendiquer. Des images pour faire entendre nos voix.

Vendredi 23 | 17h00 - 18h30

POCHOIR SUR TEXTILE *avec Marjorie (apporter son textile)*

Samedi 24 | 15h00 - 17h00

À TABLE, LES FEMMES !

REPAS MUSICAL *avec Hanä-he*

Embarquez, voyagez et partagez un repas-concert pour raconter une histoire d'émancipation autour de l'album *La Promesse*. Cuisine proposée et guidée par Samia autour de plats orientaux préparés avec des bénévoles. Réservation obligatoire - 5€

Vendredi 23 | 12h00 - 14h00



ATELIERS

Plus d'informations sur le site internet
2€ par atelier / matériel fourni

CRÉER POUR SE DIRE

Explorer son image, sa voix, son corps et son histoire.

CARNET DE DESSIN : MON AUTO-PORTRAIT

avec Sophie Decouz-Ruiz

Et si vous racontiez qui vous êtes autrement ?

Mercredi 21 | 9h00 - 12h00

CÉRAMIQUE avec Patricia Cassone

Donner forme à son imagination et créer son vase-femme.

Mercredi 21 | 15h00 - 17h00

CÉRAMIQUE avec Sonia Reynoso

Façonner la matière. Affirmer sa créativité.

Vendredi 23 | 10h00 - 12h00 | 16h30 - 18h30

CHANTS SÉPHARADES avec Hanna Dejode Zarka

Des voix de femmes transmises de génération en génération.

Samedi 24 | 10h30 - 12h00

CUISINE + REPAS avec Clara

Préparer et partager vos spécialités.

Mercredi 21 | 9h00 - 13h30

ÉCRITURE avec Charlotte Pons

Effraction : quand les mots sortent du cadre.

Mercredi 21 | 18h00 - 21h00

MODÈLE VIVANT avec Déborah Ghisu

Explorer les lignes. Changer de regard sur les corps.

Mercredi 21 | 18h30 - 21h30

PHOTO : PORTRAIT DE FEMMES avec Sarah-Béhia Kangha

Quel regard portons-nous sur nous-mêmes ?

Vendredi 23 | 16h00 - 18h00

THÉÂTRE D'IMPRO avec Clémentine Ganne

Oser prendre la parole. Oser se lancer. Oser improviser.

Mercredi 21 | 17h00 - 18h30

PRENDRE SOIN DE SOI

Bouger, respirer, se renforcer, s'écouter.

ABDOS & PÉRINÉE avec Valérie Sévin

Renforcer en douceur, mieux connaître son corps.

Vendredi 23 | 11h00 - 12h00

BALADE ENGAGÉE avec Manon Pannier de Natur'en Fait

Marcher et rencontrer les actrices engagées du territoire.

Jeudi 22 | 10h00 - 13h00

DANSE HEELS avec Sébastien Iacometti

Prendre sa place. Prendre confiance. Prendre le rythme.

Vendredi 23 | 17h30 - 18h30

DANSE INCLUSIVE avec Claire-Marie Réot

Bouger librement, explorer, s'exprimer.

Mercredi 21 | 15h30 - 16h30 | 17h00 - 18h00

MATIN SORORE AU BORD DU LAC avec Delphine

Marque (yoga), Valérie Sévin (auto-massage)

Un matin entre femmes pour prendre l'air, prendre soin de soi et prendre le temps.

Samedi 24 | 9h00-12h00

MES SEINS, MA SANTÉ avec le Centre de Coordination

AURA Dépistage des cancers

Sensibilisation au dépistage : mieux connaître pour mieux prendre soin de soi + fabrication d'un déodorant.

Mercredi 21 | 16h00 - 17h30

PILATES SANTÉ avec Claire Fontvieille

À chaque femme son rythme. À chaque corps ses besoins.

Mercredi 21 | 18h00 - 19h30

Vendredi 23 | 17h00 - 18h30

SOPHROLOGIE CYCLES FÉMININS avec Brigitte Cervera

Écouter son corps, accueillir les changements, trouver ses ressources.

Vendredi 23 | 18h30 - 19h30

YOGA DOUX avec Basia Hans

Respirer. Délirer. Relâcher.

Mercredi 21 | 9h15 - 10h15 | 10h15 - 11h15

YOGA DYNAMIQUE avec Delphine Marque

Mettre le corps en mouvement et libérer les tensions.

Vendredi 23 | 19h00 - 20h00

WENDO avec Coline Falzone

Connaître ses forces. Prendre sa place. Se défendre.

Samedi 24 | 15h30-18h00



PROGRAMME DES ATELIERS

MERCREDI 21

JEUDI 22

VENDREDI 23

SAMEDI 24

9

10

11

12

15

16

17

18

19

20

21

**CARNET DE
DESSIN**
MON
AUTO PORTRAIT
9H00 - 12H00

CUISINE
+
REPAS
9H00 - 13H30

YOGA
9H15 - 10H15

YOGA
10H15 - 11H15

**BALADE
ENGAGÉE**
10H00 - 13H00

CÉRAMIQUE
10H00 - 12H00

**ABDOS
PÉRINÉE**
11H00 - 12H00

REPAS MUSICAL
12H00 - 14H00

BRODERIE
15H00 - 17H00

**PORTRAIT
PHOTO**
16H00 - 18H00

**PANCARTES
FÉMINISTES**
17H00 - 18H30

**PILATES
SANTÉ**
17H00 - 18H30

**YOGA
DYNAMIQUE**
19H00 - 20H00

CÉRAMIQUE
16H30 - 18H30

**SOPHROLOGIE
CYCLES
FÉMININS**
18H30 - 19H30

**DÉCOUVERTE
MÉDITATION**
14H30 - 16H00

**DANSE
HEELS**
17H30 - 18H30

**MATIN
SORORE
AU BORD
DU LAC**
9H00 - 12H00

**CHANTS
SÉPHARADES**
10H30 - 12H00

**SALON
DES
CRÉATRICES**
14H00 - 17H00

WENDO
15H30 - 18H00

**BRODERIE
COLLECTIVE
-
POCHOIR
TEXTILE**
15H00 - 17H00

ÉCRITURE
18H00 - 21H00

**PILATES
SANTÉ**
18H00 - 19H30

**DANSE
INCLUSIVE**
17H00 - 18H00

**COLLAGE
COLLECTIF**
15H00 - 17H00

**MODÈLE
VIVANT**
18H30 - 21H30

**THÉÂTRE
IMPRO**
17H00 - 18H30

CÉRAMIQUE
15H00 - 17H00

**APÉRO
BIBLIO**
18H00 - 19H00



SOIRÉES



LUN
19

INAUGURATION *ON MET LE FEU !*

Vernissage de l'exposition " Les jeunes artistes à l'honneur " en présence des étudiantes d'écoles d'art d' Annecy. Trois performances musicales de jeunes talents : Ella Geantet, Sunny et la chorale militante de l'Écrevis, La Dissonante. En présence des partenaires qui œuvrent au quotidien auprès des femmes et font bouger les lignes.

18h30 | Durée : 1h30 environ | Entrée libre

MAR
20

LECTURE MUSICALE *AVANT QUE LA NUIT NE DÉVORE LE JOUR*

Avec Charlotte Pons et Camille Dégeorges Ruffelaere
Une histoire de violence, de transmission et de responsabilité.

**À la médiathèque de Novel | 18h30 | Durée : 35 min | à partir de 12 ans
Réservation obligatoire | Entrée libre**



MER
21

DANSE ET IMMERSION VIRTUELLE *MON HYBRIDE QUOTIDIEN*

De Caroline de Cornière, danseuse-chorégraphe et Jacques Ibanez Bueno, chercheur sur le quotidien et le numérique. Avec la participation de 10 danseuses amatrices.

Expérimentation de danse contemporaine avec immersion en réalité mixte et intelligence générative.
18h00 et 19h30 (deux séances) | Durée : 1h00 | 8 ans et + | Réservation conseillée | 5€
Soirée organisée en partenariat avec l'Université Savoie Mont Blanc

JEU
22

TABLE RONDE *(IN)VULNÉRABLES :*

QUE TRANSMETTONS-NOUS À NOS FILLES, À NOS GARÇONS ?

Avec Aurélia Blanc, journaliste, autrice de *Ce que l'école fait aux filles*, une enquête sur le sexisme au collège et au lycée - Julien Chavanes, journaliste, auteur de *Pilule noire*, une plongée dans les affres du masculinisme. Animée par Pauline Misset, chercheuse et enseignante en psychologie sociale, Présidente d'Ostara et co-porteuse de *La Maison Audacieuse*.

En présence de la librairie Antiope.

18h30 | Réservation conseillée | 2€



VEN
23

SOIRÉE DANSANTE *BOUM ENTRE FEMMES : ON SE LÂCHE !*

Soirée en mixité choisie*

Pas besoin de savoir danser. Juste l'envie de bouger, rire et partager.
En présence de **Bruyante**, du collectif *The Lift*.

**18h30 - 21h30 | Entrée libre et gratuite
Garde d'enfants possible sur réservation**

SAM
24

THÉÂTRE - STAND-UP *" SACRÉ CYCLE ! "*

Avec Coline Cellier de la compagnie Oh et puis M... !
Et si on parlait enfin de nos règles, de nos hormones et de nos corps ?

**18h30 | Durée : 1h15 | À partir de 12 ans
Réservation conseillée | 5€**

UNE DÉLIANTE EXPLORATION
DU CYCLE MENSTRUEL



LE FESTIVAL SE VIT AUSSI

EN FAMILLE SPECTACLE SEULE EN ROUE

De la Cie Circocco

Une clowne, une loge, mille choix... et une drôle de façon de parler de la féminité.

Mercredi 14 | 11h00 | Durée : 1h00 | 3 ans et +
Réservation en ligne ou à l'accueil | 5€

AILLEURS À ANNECY

EXPOSITION - HÉROÏNES DE LA LUTTE CONTRE L'ESCLAVAGE ET LE COLONIALISME

Réalisée par le MRAP (Mouvement contre le racisme et pour l'amitié entre les peuples)

Du 07 au 31 octobre | À la médiathèque de Novel | 7 Bis Rue Louis Armand, 74000 Annecy

SPECTACLE - CHEVALERESSES. De la cie Francine et Joséphine

Autofiction interprétée avec force et délicatesse par Nolwenn le Doth sur le sujet particulièrement douloureux de l'inceste. Un spectacle nécessaire, où texte, chant et danse viennent dénoncer une violence systémique dont il est primordial de parler.

Mardi 13 | 20h00 | À l'Auditorium Seynod | 1 place de l'Hôtel de Ville Seynod, 74600 Annecy

ENTRE FILLES STAGE ENTRE FILLES 11-15 ans

Parler. Créer. Bouger. Rigoler.

Deux jours pour partager, expérimenter, prendre la parole et faire le plein d'idées.

Judi 22 et vendredi 23 | Engagement sur les 2 jours
Réservation obligatoire | 10€ | Repas du midi non-fourni

INFORMATIONS PRATIQUES

CONTACTS :

04 50 23 43 48 ou lescarres@lescarres-asso.com ou <https://lescarres-asso.com/>

RÉSERVATIONS :

ATELIERS : uniquement à l'accueil de l'association

SOIRÉES : à l'accueil de l'association, ou sur la billetterie en ligne

TARIFS :

ATELIERS | SOIRÉE DU 22 : 2€

REPAS PARTAGÉ | SOIRÉES DU 21 ET 24 : 5€

GARDE D'ENFANTS : (UNIQUEMENT SUR LES ATELIERS ET LA BOUM)

Gratuit sur réservation à l'accueil (avant le festival) | Ateliers : 2 ans et + | Boum entre femmes : 4 ans et +

COMMENT VENIR :

43 AVENUE DES CARRÉS - 74 940 ANNECY

EN BUS : avec les lignes 1 et 10 arrêt **BUISSON** ou ligne 5 arrêt **VIGNIÈRES**

EN VÉLO : parking devant nos locaux et station **VÉLO'NECY** à proximité

EN VOITURE : parking relais Vignières-Pommaries et parking zone bleue à l'arrière du bâtiment de l'association

*ATELIERS RÉSERVÉS AUX FEMMES CIS, AUX PERSONNES TRANS ET NON-BINAIRES



SOUTENU PAR



FDVA
FONDS FÉMINISTE
DE LA VIE
ASSOCIATIVE



**PRÉFET
DE LA RÉGION
AUVERGNE-
RHÔNE-ALPES**

AN'NECY
association de femmes

**haute
savoie**
Le Département

PARTENAIRES



**DÉPISTAGE
DESCANCERS**
Centre de coordination
Auvergne-Rhône-Alpes

