

## **DOSSIER DE PRESSE**

### **L'ÉCOLE**

L'érotisme, pour Capucine Moreau, la fondatrice de l'école, c'est tout ce que nous humain-e-s avons inventé pour dépasser une sexualité coïtale et reproductive naturellement pauvre, c'est tout ce qui nous rend vivant-e, ce qui tisse du lien, en nous et avec l'Autre. Nous le considérons souvent comme inné et universel, mais il ne l'est pas, et aucun espace aujourd'hui n'existe pour l'apprendre, l'explorer, l'échanger, le cultiver. A défaut, Internet et son imagerie normative jouent le rôle d'initiateur et impose une vision extrêmement limitative de la jouissance. Partir à la découverte de notre propre plaisir reste très tabou, tout troublé-e-s que nous sommes par l'injonction de performance. Parler de nos difficultés l'est encore davantage, notamment au sein de l'entité couple sensée combiner à chaque instant intimité, sécurité, érotisme passionné et spontané, sans plus aucun modèle qui ne marche durablement.

Pour donner du sens et de la visibilité à ces sujets à forts enjeux sociétaux, et pour nous permettre de cultiver notre érotisme individuellement et collectivement, Capucine Moreau, sexologue atypique et polymorphe, a créé une école au cœur de la ville rose.

### **LA FONDATRICE**

Capucine Moreau a toujours été intriguée par ce qui nous fait Humain-e, ce qui constitue l'essence de notre être en dehors de ce qui nous conditionne culturellement et personnellement.

Elle en vient petit à petit à questionner l'intime, le sien, les autres, et l'érotisme comme énergie de vie propre à chacun-e.

Elle chemine vers son propre désir de Femme, explore, se cultive, se rapproche d'elle-même, et décide de partager ce qu'elle a découvert, appris, déconstruit.

Elle choisit alors de se former à l'Institut de sexologie parisien Jacques Waynberg pour son approche humaniste à contre-courants. En parallèle, elle crée et développe entre 2014 et 2017 l'antenne toulousaine de l'association Le Cabinet de Curiosité Féminine, écrit, anime l'émission mensuelle « Les NouveauX Chemins du Désir » sur Radio FMR, et mène un travail de recherche artistique et poétique autour de « la Mue ». Son expérience clinique de sexologue et thérapeute de couple en cabinet s'étoffe et la nourrit profondément.

Elle réalise alors que chacune de ses actions mériterait d'être davantage liée avec les autres, pour offrir de véritables parcours au public. Elle souhaite aussi aller plus loin dans la mise en visibilité, en synergie, en intelligence collective, de ces questions d'érotisme qui croisent celles du couple et de ses nouvelles formes, de la famille, du corps, du genre, véritables enjeux sociétaux dans l'avenir à ses yeux.

Elle lance alors L'École de Capucine en novembre 2017 à Toulouse, ville qui l'a adoptée il y a plusieurs années.

Dans ses diverses activités, elle amène également des outils acquis par la pratique de la méditation, du théâtre, de la danse, du yoga et du reiki, mais également lorsqu'elle était consultante, formatrice ou responsable de services dans le secteur sanitaire et social.

## **LES ACTIVITÉS**

Conférences et rencontres, ateliers pour adultes et ados, cycles de formation, accompagnement individualisé : diverses propositions permettent à chacun-e de piocher et de s'impliquer en fonction de son besoin ou son envie du moment, et de se fabriquer un parcours individualisé et évolutif.

### **Les conférences & évènements**

Afin de permettre que les questions d'érotisme prennent leur place au cœur de la cité et que tout le monde puisse participer à s'enrichir et à réfléchir, l'École de Capucine organise chaque mois des conférences et des rencontres conviviales.

Elle a à cœur également de donner à voir et de valoriser la création artistique liée à l'érotisme.

### **Les ateliers**

Afin d'échanger, de partager, d'apprendre en groupe sur une thématique donnée, l'École de Capucine propose des ateliers collectifs, pour les plus de 18 ans et les 12-17 ans.

Les ateliers pour les plus de 18 ans regroupent 15 personnes maximum, et ont lieu dans des endroits privatisés pour l'occasion. Ils permettent l'apprentissage, l'échange, le partage, autour de sujets difficile à aborder et jugés souvent tabous. Le soin apporté à l'animation, au cadre sécurisant, permet d'aborder les autres avec sérénité et de ressortir plus vivant-e et moins seul-e dans ses questionnements et dans ses vécus, comme le témoignent toujours les participant-e-s !

Les ateliers pour les jeunes, de 11 à 14 ans, et de 14 à 17 ans, sont proposés en partenariat avec L'Art d'Aimer/ Parentalité positive. Ils regroupent 8 jeunes maximum, pour permettre que chacun-e soit accueilli-e avec ses spécificités à l'intérieur du groupe et bénéficie d'un accompagnement adapté.

Nous prenons soin d'offrir des espaces accueillants, cadrés, professionnels et sans jugements,

- Pour exprimer ses questions, et trouver des réponses adaptées,
- Pour dépasser ses hontes,
- Pour apprendre à se connaître, s'écouter, communiquer,
- Pour reconnaître en soi ce dont on a envie - ou pas,
- Pour s'imprégner d'une vision positive et réaliste de la sexualité...

## Les cycles

Afin d'aller plus loin sur le chemin de la croissance érotique, l'École de Capucine propose des cycles sur une durée de 6 mois, au sein de groupes stables limités à 8 participant-e-s.

Les cycles comprennent 6 modules (un atelier de 3h par mois) pendant 6 mois, ainsi qu'une séance individuelle à la demande.

Il existe un cycle pour les femmes, un pour les hommes et un pour les couples.

Les ateliers sont composés selon les thèmes de temps d'apports théoriques, de temps d'échanges, de temps d'introspection, de temps corporels.

## Le cabinet

En cas de questionnements, de doutes, de difficultés dans sa vie érotique, ce qui arrive fréquemment au cours d'une vie, il est important de ne pas trop attendre pour en parler, afin d'éviter qu'ils s'enkystent et atteignent l'estime de soi ou la qualité de la relation lorsque l'on est en couple. On peut aussi avoir envie d'un espace à soi, intime, pour approfondir ces sujets en dehors du groupe.

L'École propose un accompagnement individualisé, seul-e ou en couple, dans un espace où respect et liberté de ton sont sacrés.

## **LA CHARTE**

Il nous tient à coeur que les activités de L'École se passent dans un climat sécurisé pour tou-te-s, dans lequel chacun-e se sent libre d'être et d'exprimer ce qu'il-elle est à l'instant présent.

Nous nous engageons ainsi à faire respecter les principes suivants, et nous remercions chaque participant-e d'y adhérer avant de s'inscrire à nos activités :

### **Stricte confidentialité**

Ne nommer à l'extérieur aucun-e des participant-es présent-e-s avec vous à une activité. Parler de votre propre vécu uniquement, et non de celui des autres.

### **Bienveillance**

Agir et réagir avec bienveillance, envers vous-même d'abord, envers les autres également.

### **Écoute, respect, non-jugement**

Écouter sans interrompre, respecter sans juger les propos partagés par d'autres, se sentir ainsi libres de vos propres propos.

### **Expression de vos besoins et limites**

Vous responsabiliser sur l'expression de vos besoins, de vos gênes, de vos limites.

**Prochaines dates et inscriptions :** [www.lecoledecapucine.com](http://www.lecoledecapucine.com)

## **Contact**

Capucine Moreau

[contact@lecoledecapucine.com](mailto:contact@lecoledecapucine.com)