

A woman wearing a white fur hat is looking upwards. The background shows a large, ornate church with multiple domes and spires, situated on a hillside under a clear blue sky. The foreground is a light-colored, textured surface, possibly a beach or a field of dry grass.

ABRACADA MOI

LE 1ER PROGRAMME
DE DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL
FÉMINISTE

COMMUNIQUÉ
DE PRESSE

PLACE AU DEVELOPPEMENT PERSONN-ELLE

Le marché du développement personnel est en train d'exploser, le secteur du coaching n'a jamais été aussi dynamique, et des gourous francophones sont capables de remplir des salles entières de 800 personnes aussi facilement que les fantastiques Blanche Gardin ou Hannah Gadsby.

En juin 2017 Clémence Cousteau s'est retrouvée salle Gaveau au milieu d'une salle comble, animée durant deux jours entiers par les meilleurs coachs et conférenciers de la francophonie. Le programme était passionnant, mais ce qui l'a surtout marquée c'est que la salle était remplie à 80% de femmes. Pourquoi ? Sans doute parce que les femmes font souvent passer les besoins des autres avant les leurs, et ce n'est qu'une fois que les enfants ont grandi et quitté le nid qu'elles s'autorisent enfin à penser un peu à elles.

Elles s'intéressent alors au développement personnel, au coaching. Et comme c'est un métier de lumière, les coachs qui sont sur le devant de la scène sont à 80% des hommes. Pour cette féministe engagée qu'est Clémence Cousteau ça a été le déclic.

« Je crois qu'une bonne partie de ces femmes ont besoin qu'on s'adresse à elles en prenant en compte leur position dans la société, l'éducation genrée, les préjugés et les inégalités auxquelles elles doivent faire face. »

Clémence Cousteau est donc repartie de la salle Gaveau en se disant qu'elle allait créer un programme d'empowerment féminin. Le lendemain elle faisait pipi sur un bout de plastique, la petite croix est apparue. Clémence était enceinte.



Alors elle a fait comme 90% des femmes, elle a remis ses rêves à plus tard et elle s'est consacrée à son enfant pleinement. Et comme l'Univers fait bien les choses, cette période a surtout permis à Clémence d'opérer sa propre transformation : la métamorphose d'une moule en étoile de mère.



A la fin du tunnel des 6 mois d'allaitement Clémence Cousteau a été contactée par une des trois meilleures sociétés de podcast françaises, Louie Media qui l'a mandatée pour réaliser un podcast pour les femmes. Elle n'avait jamais fait ça avant. Le podcast s'appelle Regard et il était classé toutes les semaines n°2 sur iTunes avec plus de 200 000 écoutes. C'était un carton. Et pour elle ça a été une révélation. Clémence venait de trouver sa voix.



Le podcast est un medium qui explose. Et c'est là que s'expriment le plus les femmes. C'est leur nouveau terrain.

Clémence Cousteau avait alors tous les ingrédients pour créer la magie : du développement personnel, du féminisme et sa voix hypnotique. Elle a donc mixé tout ça dans son chaudron. Et le résultat est magnifique.

Ça s'appelle [AbracadaMoi, 21 jours pour transformer sa vie](#). C'est un programme qui s'adresse surtout aux femmes. Mais pas que. C'est un programme de début d'année qui s'adresse à toutes celles et ceux qui en ont marre de laisser leurs rêves dans le placard et de voir leur bonnes résolutions s'évaporer au cours de l'année.

C'est le 1er programme de développement personnel féministe.

C'est beau, inspirant et engagé.

La qualité audiophile est extrêmement soignée aussi. La voix de Clémence est hypnotisante et la musique originale qu'elle a fait composer est envoûtante.

Les 5 premiers jours sont gratuits et le prix de lancement est à 25€ au lieu de 75€ plus tard.

Bref, c'est le meilleur investissement que vous puissiez faire en ce début d'année.

En avant première, quelques épisodes sont à écouter [ici](#)

AbracadaMoi
AbracadaVous
Et AbracadaNous ✨



QUI EST CLEMENCE COUSTEAU ALIAS CAPTAIN SHEROE



Storytelleuse, pop-féministe, burning woman, Clémence Cousteau est une amazone qui a plusieurs cordes à son arc.

Après avoir travaillé 15 ans comme créative dans la publicité, c'est au moment de l'affaire DSK qu'elle décide de mettre son talent exclusivement au service de la cause des femmes.

Que ce soit par sa plume ou ses costumes à plumes, le chemin qu'elle emprunte est celui de l'empowerment féminin. Car comme son nom de famille ne l'indique pas, elle pense qu'il est au moins aussi important de protéger les petits poissons que les moules.

Toutes les moules.

