

*Au cœur de l'automne,
venez retrouver du souffle
sur votre chemin du deuil,
dans un cadre thérapeutique
sécurisant, accompagnés par
une musicothérapeute
et une thérapeute du deuil.*



A qui s'adresse ce séjour?

A toutes les personnes confrontées à un deuil récent ou ancien, d'un proche, d'un parent, d'un conjoint ou d'un enfant.

Quand ?

Du vendredi 22 au dimanche 24 novembre 2024

Où ?

En Dordogne, dans le triangle d'or du Périgord noir au cœur de la vallée de l'Homme, dans un gîte périgourdin, en chambre individuelle ou double.

2 jours pour :

- > Sortir de l'isolement du deuil et partager votre vécu,
- > Accueillir les vagues émotionnelles, exprimer vos ressentis dans une approche corporelle, vocale et créative.
- > Mieux comprendre le processus de deuil, ses enjeux et ce qu'il transforme en vous.



Nous avons conçu ce séjour pour que vous puissiez mettre en voix vos émotions, faire vibrer vos cordes sensibles et libérer de l'espace vital pour repartir en confiance sur votre chemin de deuil.

Sabine Ganansia,

Praticienne en psychothérapie, j'accompagne des personnes endeuillées en Dordogne depuis 10 ans. Titulaire du D.U Deuil de la Faculté de Médecine Paris Sud, j'anime des conférences et un Cercle de paroles pour les parents endeuillés.

Marylène Duprey

Titulaire d'un D.U de Musicothérapeute clinicienne et du certificat NMT (Neurologic Music therapy), j'enseigne le chant en cours particulier et anime des ateliers et stages en France.



Durant ce séjours, nous allons partager :

> Des temps thérapeutiques avec :

- Les ateliers de musicothérapie pour donner de la voix et du mouvement à ses ressentis,
- Les ateliers d'Art-thérapie pour mettre sa créativité service de ses émotions,
- Les cercles de paroles,

> Des repères théoriques et pratiques sur le processus de deuil,

> Des échanges informels au coin du feu et autour d'un plat,

> Des temps de détente et de lâcher prise: relaxations sonores, pratique instrumentale et vocale ludique, accessible à tous, expression corporelle,

Et, Périgord oblige, une attention particulière est portée à la qualité des repas composés de produits du terroir.



Tarifs et modalités d'inscription

Séjour 2 jours et 2 nuits

Arrivée à 16h00 le vendredi

Départ à 17h00 le dimanche

Tarif

380 €

Hébergement 2 nuits et pension complète.

S'inscrire

Nous vous invitons à nous contacter par téléphone ou mail. Votre réservation sera confirmée à réception du formulaire d'inscription et de l'acompte de validation.



Sabine Ganansia Accompagnement

Tél : 06 63 14 03 56

Mail : sabine.ganansia@free.fr

Site : <https://www.psy-psychotherapie-accompagnement-du-deuil-sarlat.fr>



Marylène Duprey/ Vitalsong

Tél : 07 69 33 19 24

Mail : contactvitalsong@gmail.com

Site : <https://maryleneduprey.com>



*Il ne s'agit pas d'oublier
mais de cheminer
à travers sa peine
vers un nouveau sens
à donner à sa vie.*

