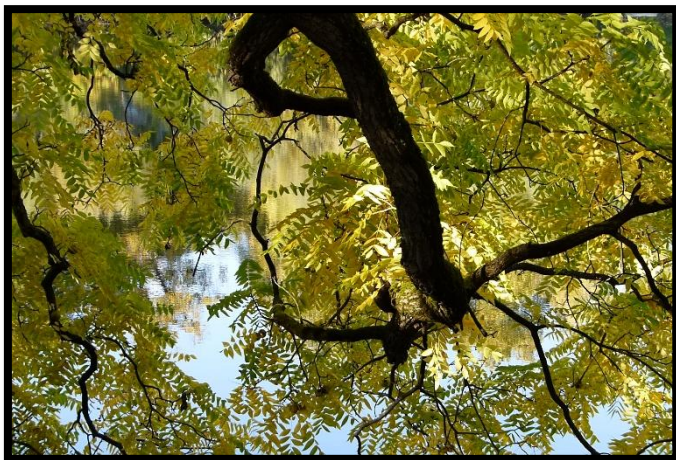


Au milieu de la nature



Trois jours d'immersion dans un écolieu pour prendre soin de soi, interroger et partager ce qui nous a été transmis et ce qu'on peut soigner de la mémoire familiale, pour passer à autre chose.



ISABELLE PARIS

Psychologue
Psychothérapeute

L'analyse transactionnelle et la thérapie intégrative constituent le fil rouge de ma pratique. C'est dans un lien de confiance, empreint d'empathie, que j'accompagne les personnes vers une meilleure compréhension d'elles-mêmes et vers leur capacité à trouver leurs propres solutions pour construire de nouveaux modes relationnels. Je travaille avec les mémoires de la personne, de son histoire et de son corps. Ce qu'elles nous racontent nous permet de trouver ensemble le chemin parfois sinueux du sens de nos souffrances, de nos blessures engrammées dans notre corps.



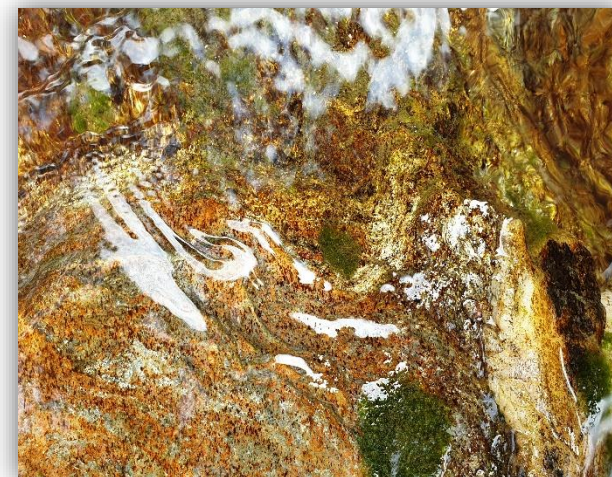
FLORENCE CABOT

Psychologue
Docteure en psychologie
Psychothérapeute

Initialement formée aux thérapies psychodynamiques, mon orientation vers la prise en charge des psychotraumatismes a fait évoluer ma pratique vers une approche psychocorporelle en me formant à la relaxation dynamique, puis à l'EMDR (traumas complexes, traumas transgénérationnels) que j'intègre aujourd'hui naturellement dans les thérapies individuelles et dans les thérapies de groupe. A l'écoute des processus et de l'évolution à l'œuvre dans le collectif, j'ai à cœur de proposer des dispositifs adaptés intégrant diverses médiations: parole, écriture, EMDR, relaxation, mouvements.*

**Eyes Movement Desensitization and reprocessing, Accréditation EMDR Europe*

DIFFICULTES DES LIENS, TRAUMA FAMILIAL ET RESSOURCES INTERIEURES



Une parenthèse pour soigner les blessures familiales et se retrouver soi

Isabelle PARIS & Florence CABOT

Psychologues cliniciennes

2 sessions prévues en 2027 :

10 au 13 juin 2027

16 au 19 septembre 2027

10 personnes maximum pour chaque séjour

à l'écolieu Ô saveurs de l'instant

174 rue du Thiellet

71 500 Saint-Usuge

DIFFICULTES DES LIENS, MEMOIRE FAMILIALE ET RESSOURCES INTERIEURES

Marche, collage, écriture, EMDR



Pendant ces trois jours, grâce à différentes méthodes, nous interrogerons les traces des mémoires transmises, **mémoires émotionnelles, sensorielles, intuitives et corporelles.**

Les ressources aussi se transmettent !
Nous pourrons partager, consolider ces ressources pour en faire des outils de résilience.

La famille est souvent le lieu de grands paradoxes. A la fois source de résilience et de difficultés, elle est parfois mise à l'épreuve par des traumatismes, des chocs, des deuils, des événements difficiles à traverser. Le système familial peut en sortir appauvri, voire désorganisé, parfois sur des générations. Cela affecte la transmission des ressources, alors qu'il s'agit de nos relations les plus proches et des liens d'attachement les plus constituants de notre histoire. Il en résulte souvent des difficultés, même si nous ne sommes pas directement concerné.es par ces traumatismes : difficultés dans les liens avec nos proches, souffrances liées à notre histoire familiale, sensations diffuses, reproduction de certains types de relations... Qu'ils soient connus ou non, parlés ou tus, les traumatismes familiaux ont toujours un impact sur notre propre vie, même des générations plus tard.

Ces week-ends permettent d'interroger et de mettre au travail ces traumatismes familiaux pour comprendre et réduire leur impact. Trois jours d'immersion dans un lieu en pleine nature pour interroger et partager ce qui nous a été transmis et ce qu'on peut soigner de la mémoire familiale, pour passer à autre chose.

Parole, écriture, EMDR, dessin, collage, relaxation, mouvements : le week-end alterne des temps de travail intimes et personnels et des temps de partage au sein du groupe. Les temps et les contenus partagés se construisent en confiance et dans le respect. Ces groupes nous ré-apprennent - pour reprendre les termes de D. Winnicott - à « être seul.e en présence des autres », à cheminer intimement et à transformer, avec le soutien et la bienveillance du groupe. Chaque personne repart de cette expérience enrichie de ce vécu groupal.

Accueil le jeudi soir à 18H
Départ le dimanche à 15h

INSCRIPTION

Pour le séjour

Tarifs : 450 euros (chèque de 150 euros d'arrhes à l'inscription)

Contacts :

Isabelle PARIS / 06 89 20 86 35

Florence CABOT / f.cabot.psy@gmail.com

Voir bulletin d'inscription joint

Hébergement et repas

PENSION COMPLETE

En chambre collective : 240 euros

En chambre à 2 : 270 euros

En chambre individuelle : 323 euros

Directement à

Ô saveurs de l'instant

03 73 27 05 75

infos@osaveurdelinstant.fr

<https://ecolieu.osaveurdelinstant.fr/>