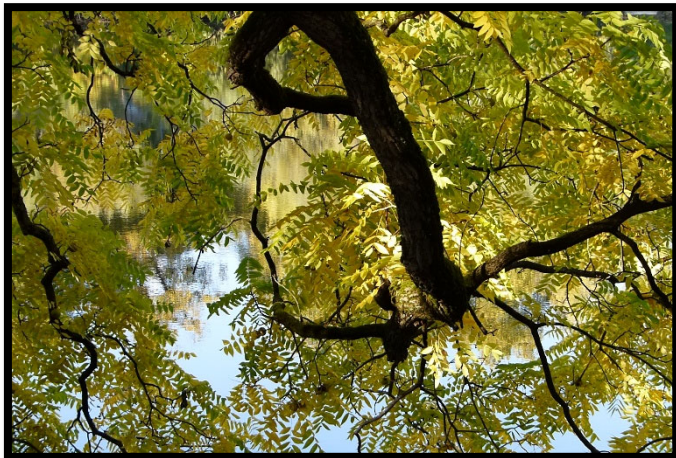


Au milieu de la nature



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 sur des fondements psychanalytiques, 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

LIENS, MEMOIRE FAMILIALE ET RESSOURCES INTERIEURES



*Une parenthèse pour soigner les blessures
familiales et se retrouver soi*

Isabelle PARIS & Florence CABOT
Psychologues

5, 6 et 7 juin 2026

à l'écolieu Ô saveurs de l'instant
174 rue du Thiellet
71 500 Saint-Usuge

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 pourrions partager, consolider ces ressources pour en faire des outils de résilience.

LIENS, MEMOIRE FAMILIALE ET RESSOURCES INTERIEURES

Nous sommes parfois aux prises avec des tourments qui nous paraissent confus, inextricables, insolubles... Et si ces tourments n'étaient pas uniquement les nôtres ? S'ils nous avaient été transmis à notre insu et à l'insu de ceux qui les portaient à l'origine ?

Les traumatismes vécus dans les générations qui nous ont précédé.e.s n'ont pas toujours été pris en considération. Bien souvent le non-dit, le secret ou le déni des événements traumatiques s'est construit en silence. Toutes les formes de violences, les stress post-traumatiques, les deuils impossibles peuvent se transmettre dans l'inconscient familial. « *On a bien entendu parler de quelque chose* », « *quelqu'un sait mais ne veut pas dire* », « *c'est le passé* », « *il faut penser au présent* », etc.

Ces traumatismes, on le sait aujourd'hui, peuvent laisser des empreintes, des traces en chacun de nous et une souffrance parfois diffuse, indicible ou difficilement identifiable.

C'est à ces traces que nous porterons notre attention au long de ces trois jours. Pour les identifier, les clarifier, les soigner.

Entre moments individuels et temps de partages en groupe, nous irons doucement visiter et soigner ces chemins ombrageux de l'histoire

que nous portons malgré nous, pour déjouer les répétitions.

Accueil vendredi 5 juin à partir de 10h
Départ le dimanche 7 juin à partir de 15h

INSCRIPTION

Pour le séminaire

Tarifs : 350 euros pour le week-end (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 : 170 euros

En chambre à 2 : 200 euros

En chambre individuelle : 230 euros

Directement à

Ô saveurs de l'instant

03 73 27 05 75

infos@osaveurdelinstant.fr