



Séjour d'accompagnement au deuil

Du lundi (19h) au vendredi (16h30)

Reconnaitre la réalité du deuil, c'est aussi reconnaître la réalité de la vie.

Pourquoi ce séjour ?

En favorisant la compréhension et l'intégration du processus de deuil, nous contribuons à faire de cette expérience, un chemin d'apaisement et de transformation. Dans un cadre accueillant, notre équipe pédagogique vous invite durant ces 4 jours, à prendre du temps pour vous, à exprimer vos difficultés, vos ressentis dans la réalité du deuil.



Comprendre

Nous vous guidons en vous offrant des repères pour appréhender les différents moments d'un deuil et ses impacts dans votre quotidien, afin que vous puissiez avancer plus sereinement vers votre reconstruction.



Partager

Par une vision commune et des temps d'échanges, nous facilitons la libération de la parole et l'intégration du vécu de la perte. Nous sommes là pour permettre aux choses de se dire, de se manifester et pour vous aider à renouer avec vos forces intérieures.



Expérimenter

Grâce à des pratiques corporelles ou créatives en lien avec les phases de deuil traversées, nous vous soutenons et favorisons l'accueil de vos ressentis et de vos émotions.



Principaux atouts du séjour

- Des apports théoriques simples et concrets sur le processus de deuil
- Une reconnaissance légitime de votre vécu
- Des exercices pratiques que vous pourrez reproduire chez vous.
- Des intervenantes formées à l'accompagnement au deuil pour une approche interactive en groupe et sous-groupes.

**Lieux, tarif, informations complémentaires
et inscription, contactez nous.**

Association ADA Proj

Accompagnement Développement
Animation de Projets

<https://www.adaproj.com/>

Numéro activité 75640520164 - Siret 902 974 641 00018

Florence Doerr : Sophro-Relaxologue - 06 82 33 84 14
florence.doerr68@gmail.com

Anne Saguez : Formatrice - 06 61 84 10 00
anne.saguez@hotmail.fr

Marion Éveillée : Aromathérapeute - 06 01 46 67 64
marioneveilletherapeute@lilo.org