

Accompagner le deuil,
c'est cheminer vers le réel
aux côtés de la personne
endeuillée, car c'est là qu'elle
trouvera de l'apaisement.

*Au cœur de l'automne,
quand la nature flamboyante
se met doucement en pause,
vous retrouverez les sensations
nourrissantes du partage,
de l'écoute de soi et de l'autre,
dans un cadre thérapeutique sécurisant.*

Sabine Ganansia



A qui s'adresse ce séminaire ?

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 jeudi 9 novembre au dimanche 12 novembre 2023

Où ?

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.

4 jours pour :

- > mieux comprendre le processus de deuil, ses enjeux et ce qu'il transforme en vous,
- > sortir de l'isolement du deuil et partager son vécu,
- > accueillir les vagues émotionnelles,
- > prendre soin de son corps, de ses ressentis et de la relation au défunt,
- > avancer plus en confiance sur votre chemin de deuil.



J'ai conçu ce séminaire pour vous accompagner en douceur sur le chemin du deuil, plus proche de la conscience de soi et de la connaissance des processus en œuvre.

> Sabine Ganansia,

Praticienne en psychothérapie, j'accompagne des personnes endeuillées en Dordogne depuis 9 ans. J'anime des conférences et un Cercle de paroles pour les parents endeuillés. Je suis titulaire du D.U Deuil de la Faculté de Médecine Paris Sud.

> Nathalie Durieu,

Lithothérapeute et formatrice, elle associe sa compétence professionnelle et son expérience personnelle au bon déroulement de ce séminaire.



Durant ce séminaire, nous allons partager :

- > Une immersion dans les paysages apaisants de la Dordogne en automne,
- > Des temps thérapeutiques : cercles de paroles, tables rondes thématiques,
- > Des repères théoriques et pratiques : processus de deuil, initiation à l'automassage,
- > Des échanges informels au coin du feu, autour d'un plat ou dans la forêt du domaine,
- > Des moments d'évasion : relaxation guidée, soirée contes balade avec un naturaliste,
- > Des ateliers d'Art-thérapie pour mettre sa créativité aux service de ses émotions,
- > Des actions symboliques : autour de la préparation du pain pour donner vie à la matière, avec un rituel sur les berges de la Dordogne pour repartir en confiance dans le courant de la vie.

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



Tarifs et modalités d'inscription

Séminaire résidentiel de 4 jours

Arrivée à 14h00 le jeudi

Départ à 17h le dimanche

Tarif

Séminaire : 570 €

Hébergement pension complète pour 3 nuits : 300 €

S'inscrire

Je vous invite à me contacter par téléphone afin d'évaluer ensemble si ce séjour correspond à vos attentes. Après notre entretien, vous recevrez un formulaire à nous retourner pour confirmer votre participation au séminaire.

Sabine Ganansia

Tél : 06 63 14 03 56

Mail : sabine.ganansia@free.fr

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



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

