

## Atelier créatif « Dans la traversée du deuil »



Durant 4h de partage, de temps d'introspection et d'expressions créatives, nous assurerons les conditions qui vous permettront de rencontrer et d'explorer votre deuil. Dans un cadre chaleureux, proche de la nature, enveloppant et sécurisant, vous apprendrez à traverser ce processus en confiance.

### Déroulement de l'atelier :

- un temps de parole en groupe
- une de de transmission d'information sur le processus de deuil
- un temps créatif en silence, accompagné de musique vivante, avec comme support selon l'atelier : de l'art plastic, du land art, de l'expression corporelle ou du feutrage de laine.
- un temps de parole pour clore cet atelier

### Participer à un atelier « Couleur plume »:

- C'est m'autoriser à explorer cet océan d'émotions en sécurité,
- C'est recevoir des clés concrètes pour traverser ce temps plus sereinement
- C'est partager et témoigner de mon histoire
- C'est me souvenir que j'ai les ressources nécessaires pour vivre cette étape de ma vie
- C'est m'engager dans une direction, vers un horizon nouveau
- C'est retrouver la confiance que le printemps revient toujours

Adapté aux besoins du groupe, chaque atelier est unique. Il est ouvert aux plus de 15 ans, et le tarif de l'atelier est de 50 €.

Cet atelier est animé par une professionnelle formée par le collectif national « Couleur Plume », Delphine Freiss, une thanadoula expérimentée dans l'encadrement de groupes, qui accompagne la fin de vie et le deuil.



delphine-doula.fr  
déc 2023