

Pour qui ?

Cet atelier s'adresse aux femmes qui désirent mieux comprendre les défis de croissance qu'elles rencontrent au mitan de la vie. Cette période féconde est un temps de transformation, une invitation au lâcher prise sur l'*Ancien* et à l'accueil du *Nouveau*. À la lumière des théories sur le développement de l'adulte, de la psychologie jungienne et des mythes associés aux déesses grecques, les participantes seront conviées à explorer différentes facettes de leur vie de femme. Cette démarche achemine celles qui sont en recherche d'une connexion plus profonde avec leur sagesse, leur savoir intuitif, leur essence et le féminin Sacré.

Objectifs

La démarche proposée invite et soutient les femmes à prendre conscience des façons d'être qui ne conviennent plus et à accueillir les ressources qui émergent sous la poussée des processus d'individuation et d'intériorité qui s'activent de façon particulière au mitan de la vie. Ainsi, il sera question de découvrir leurs archétypes qui ont influencé leur manière de vivre les différents rôles de leur vie : fille de la mère, fille du père, mère, conjointe, amoureuse, etc. Ce groupe de croissance, qui favorise un temps d'introspection et de réflexion dans un climat d'ouverture et de respect mutuel, offre un lieu d'échanges pertinent et sécuritaire avec d'autres femmes en cheminement.

Animation

Chantalle Tremblay, travailleuse sociale et psychothérapeute, détient un doctorat en théologie pratique de l'Université de Montréal. Sa thèse s'intitule : *Parcours vers la maturité, individuation et spiritualité des femmes au mitan de la vie. Réalisation et analyse d'une intervention de groupe psychocorporelle, rituelle et symbolique*. Sa recherche a démontré la pertinence d'une pratique expérientielle qui tient compte du corps, du mental, de la psyché et de l'esprit. Formée à la Psychologie Corporelle Intégrative (PCI), à la Psychothérapie Gestaltiste des Relations d'Objet (PGRO) et à la Psychologie Eidétique, elle pratique la psychothérapie depuis 25 ans et elle détient le permis de psychothérapeute délivré par l'Ordre des psychologues du Québec.

Depuis 1993, elle enseigne le travail social (niveau collégial et à l'Université du Québec à Chicoutimi). En outre, elle est formatrice en Psychologie Corporelle Intégrative, au Québec comme en Belgique. Depuis 15 ans, elle anime des ateliers auprès des adultes afin de les soutenir face aux défis de croissance qu'ils rencontrent au cours de la vie.

Dans le cadre de sa maîtrise en service social de l'Université de Montréal, elle s'est intéressée à la prévention de l'épuisement professionnel, aux facteurs de risques et aux stratégies de protection.

Pour d'autres informations, visitez son site www.chantalletremblay.com

À la découverte des archétypes féminins et des déesses grecques



Atelier expérientiel et rite de passage

Animé par

Chantalle Tremblay, Ph. D.

Travailleuse sociale et psychothérapeute

19 au 21 octobre 2018

Gîte de la Montagne Enchantée
Métabetchouan, Lac St-Jean

Thèmes

- Cycle de la vie adulte et stades de développement
- Défis psychosociaux et spirituels au mitan de la vie
- Exploration des préoccupations actuelles et des défis personnels
- Construction sociale du féminin, socialisation, stéréotypes sexuels et sexistes dans la culture
- Activation des polarités chez les femmes du mitan
- Etapes de la maturité psychoaffective
- Exploration de la notion d'archétype et des mythes associés aux déesses grecques
- Spiritualité contemporaine et amérindienne
- Reconnaissance de son savoir intuitif, du Soi et de la voie de sa sagesse
- Exploration d'une nouvelle voie : l'accueil d'un changement

Groupe limité à 10 participantes

Volet expérientiel

- Techniques qui favorisent la présence, l'enracinement et la conscience de soi
- Processus d'introspection et d'analyse réflexive sur différents aspects de sa vie
- Découverte des archétypes féminins
- Exploration de son mythe personnel
- Exercices liés aux polarités féminine/masculine
- Ouverture aux dimensions spirituelle et universelle des enjeux existentiels
- Partages à l'intérieur de cercles de parole
- Nuit rituelle
- Démarche qui s'apparente à un rite de passage vers le Féminin sacré

Travail préparatoire

Chaque femme inscrite à cet atelier sera invitée à faire une réflexion préalable sur les thèmes importants dans sa vie actuelle. Une liste des choses à apporter (fournitures et objets à caractère symbolique) sera envoyée aux participantes avant la tenue de l'atelier.

Horaire et coût de l'atelier

Arrivée : le 19 octobre vers 14h30
Départ : le 21 octobre vers 14h30
Atelier incluant vendredi et samedi soirs

Coût de l'atelier : 410 \$

Si inscription avant le 1^{er} août : 385 \$

Frais de gîte (en sus) : 175 \$

Hébergement en dortoir et six repas santé

Information et inscription

- Chantalle Tremblay (418) 542-6800
chantalletr@videotron.ca
- Louise Goderre (418) 349-3582
www.gitedelamontagneenchantee.com

Inscription effective dès réception de 150 \$ d'acompte au nom de Chantalle Tremblay
Poster votre chèque à l'adresse suivante :
3710 du Foulon, Jonquière (Qc) G7X 9Y7

Soyez les bienvenues à cet atelier !

