

## *Accompagner le deuil en allant du corps à l'être*

### OBJECTIF des 3 jours

Apprendre à accompagner le processus du deuil pour traverser la souffrance des séparations, rester en lien avec son élan vital et poursuivre sa nouvelle route en demeurant à la fois semblable et différent.

Cette formation s'adresse en priorité aux personnes impliquées dans la relation d'aide, d'écoute ou d'accompagnement à titre professionnel ou bénévole ainsi qu'aux personnes ayant une base en Techniques Corporelles et relaxation.

### Les outils

Je vous propose ici d'évoquer un ensemble d'approches qui participent à la restauration des différents plans de l'être : physique, psychique, émotionnel, créatif et spirituel et qui prennent en compte les mécanismes d'autorégulation et d'auto-guérison de la personne.

Je développerai plus particulièrement les approches corporelles, graphiques et créatives dont la relaxation et leur rôle fondamental pour aider la personne en deuil à retrouver son élan vital. Repérer les besoins à chaque niveau et d'adapter les outils qui apportent un soulagement. Ce ne sera jamais plus pareil mais une restauration est envisageable.

**Support utilisé : les matriochkas ou poupées russes**

## ACCOMPAGNER LE DEUIL EN ALLANT DU CORPS A L'ETRE

TOULOUSE

16-17-18 NOVEMBRE 2012

Renseignements et inscriptions  
Association COURT'ECHELLE  
Tél. 05.62.96.06.97  
courtechelle@gmail.com  
[www.courtechelle-crea.com](http://www.courtechelle-crea.com)

DU CORPS A L'ETRE,  
JE RAYONNE LA VIE

PARIS : 16-17 juin 2012  
LYON : 15-16 septembre 2012

Renseignements et inscriptions  
auprès de Chantal :  
TELETRAVAIL REYNAUD 05  
[info@secretaire05.fr](mailto:info@secretaire05.fr)  
Tel 09.81.89.19.59  
[www.secretaire05.fr](http://www.secretaire05.fr)

FORMATIONS avec G. MANENT

*Du corps à l'être,  
je rayonne la vie !*

PARIS - LYON



[www.itroika.com](http://www.itroika.com)

*Du corps à l'être,  
J'accompagne le deuil*

TOULOUSE

## *Du corps à l'être,*

### RENCONTRES POUR ADULTES

Avec le support des poupées russes (5 poupées en bois peint qui s'emboîtent les unes dans les autres), cette formation pourra ensuite servir de base au travail avec les enfants ou les adolescents et même des participants de tous âges.

De la plus grosse à la plus petite, de la plus visible à la plus cachée, chaque poupée correspond à une «enveloppe» qui peut se résumer de la façon suivante :

**Poupée 1 : J'ai un corps**

**Poupée 2 : je ressens des émotions**

**Poupée 3 : j'ai des idées dans ma tête :  
je pense**

**Poupée 4 : je suis l'artiste de ma vie : je  
la crée, je fais des choix**

**Poupée 5 : je suis unique**

## *Je rayonne la vie*

### OBJECTIF DES 2 jours

*Vivre de tout son être et découvrir de  
nouveaux chemins pour accompagner  
les autres....*

**Poupée 1 :** avec mon corps, j'expérimente la vie, je sens et je sais que j'existe

**Poupée 2 :** avec mes émotions, je me sens bien vivant. J'en prends conscience : je les sens et je les ressens. Je comprends à quoi elles servent et je prends du recul.

**Poupée 3 :** avec mes facultés mentales, je peux me représenter le monde en dehors de lui, je donne un nom à chacun, je mémorise. La poupée 3, c'est ce que je me dis dans ma tête !

**Poupée 4 :** parce que mon corps est habité par mon esprit, je peux être acteur de ma vie. Je fais des projets, des rêves, je sais que je suis le même depuis le début de ma vie jusqu'à la fin même si les apparences changent. Je suis relié à l'univers et à l'histoire humaine. Je peux être libre à l'intérieur de moi, même au sein des contraintes extérieures

**Poupée 5 :** C'est l'âme, l'être ou le cœur : la part invisible et éternelle. A la fois la plus petite apparemment et la plus immense. Comme le comprend Jonathan le Goéland : *«tu es un être exceptionnel, comblé de don et d'essence divine et tu te découvres un peu plus chaque jour»*  
*R.Bach*

### QUI SUIS-JE ?

Je suis thérapeute et formatrice spécialisée dans l'accompagnement qui va du corps à l'être. Agée de 66 ans, j'enseigne la relaxation depuis 30 ans comme un art de vivre au quotidien et comme un outil de thérapie auprès de tous les âges.

J'ai écrit des livres et enregistré des relaxations guidées : «l'enfant et la relaxation», «la relaxation au quotidien» éd. Le Souffle d'Or. [www.relaxation-pratique.fr](http://www.relaxation-pratique.fr)

*Mère et grand-mère,  
j'ai créé cette  
approche des  
poupées russes, en  
guise de cadeau de  
noël, pour mes  
petits enfants âgés  
de 5 à 14 ans*



### Comment me contacter ?

**Geneviève MANENT**

**0979359195 ou 0660865138**

**[contact@manent-relaxation.fr](mailto:contact@manent-relaxation.fr)**

**[www.manent-relaxation.fr](http://www.manent-relaxation.fr)**