



ATELIERS INDIVIDUELS DE POÉSIETHÉRAPIE¹

OFFERTS À DES SOIGNANT.E.S VIVANT UNE SOUFFRANCE MORALE
OU UNE PERTE DE SENS À LA SUITE DE
L'EXPÉRIENCE D'UN ÉVÉNEMENT INDÉSIRABLE



*Pour reprendre son souffle, mettre des mots sur son ressenti,
Se délester, s'inspirer et reprendre sa route sans se perdre....
Rien de mieux qu'une accalmie poétique pour soi!*



DE QUOI S'AGIT-IL ? *UN REMÈDE ARTISTIQUE!*



- Forger un regard poétique pour saisir son épreuve différemment, avec profondeur
- Mettre des mots, des images et des symboles sur les maux de sa propre histoire
- S'inspirer d'extraits textuels pour donner du sens à son vécu et assurer sa relance!
- Cheminer aux côtés d'une médiatrice qui accompagnera l'exploration

AU MENU ? *DES INJECTIONS POÉTIQUES!*

- Lire des pépites littéraires et poétiques : ensemble, à voix haute, en silence et avec émotions choisies
- Écouter comment cela résonne dans son for intérieur : en parler, y songer, laisser mûrir
- Écrire & jouer avec des mots
- Réfléchir, rigoler, papoter, écrire, boire du thé et déguster des mignardises



OÙ & COMMENT ? *LORS DE RENCONTRES CONVIVIALES*

- Dans un lieu enchanteur, choisi selon les circonstances
- 3 ateliers individuels espacés d'au moins 7 crépuscules ou aubes
- D'une durée approximative de 90 min à 120 min chacune

LA SOURCE DE CETTE INITIATIVE? *UN SOUCI SOLIDAIRE ET ARTISTIQUE*

- Ateliers proposés pour remédier de manière différente à des maux exprimés par des soignant.e.s lors d'une recherche ayant porté sur la souffrance morale des infirmières (financée par l'IRSST & dirigée par Prof. Nicolas Vonarx, Faculté des sciences infirmières, Université Laval).
- La participation est volontaire, confidentielle et gratuite.

Intéressée à participer à cette navigation poétique?

Contactez Valérie Desgroseilliers : valerie.desgroseilliers.1@ulaval.ca

¹ Médiation reposant sur l'usage du livre et de textes afin de puiser du sens et se re-crée. L'idée de « thérapie » doit être comprise comme un moyen pour « prendre soin du souffle de l'autre » en vue de sa propre navigation et repose sur l'écoute et l'accompagnement.