

PROGRAMME

SE RECONNECTER À SOI

**Pour les femmes et les hommes
victimes de violences sexuelles**

Un espace bienveillant pour se reconnecter
à son corps, ses émotions et ses relations.

LES 6 ATELIERS THÉMATIQUES

1

**LES
ÉMOTIONS**

2

**LES
SENS**

3

**LE
CORPS**

4

MA TÊTE

5

**OSER
EXISTER**

6

**LES
RELATIONS**

LE CADRE

-  Groupe fermé
de 8 à 10 personnes
-  1 séance toutes les 3 semaines
-  Le jeudi de 17h30 à 19h
-  Confidentialité et cadre sécurisant
-  Participation libre,
sans obligation de verbaliser
le vécu traumatique



Sophie Lesens

Sexologue

TARIF

15€
pour l'ensemble
du cycle de 6 séances



La Maison de Tamar

2 rue de la renaissance Bat 18
27200 Vernon



SENSIBILISER



PRÉVENIR



ACCOMPAGNER



FORMER

SANTÉ • ÉQUILIBRE • BIEN-ÊTRE

