

# Une après-midi pour nous

## Cycle d'ateliers pour jeunes filles

9 / 11 ans

Mercredi 14 mai

Gratuit

Séances d'1h30

Mercredi 28 mai

Mercredi 11 juin

Bourganeuf

Groupe fermé - Présence recommandée à l'ensemble du cycle



**Marine Lombard** est psychologue clinicienne, spécialiste du champ social (violences intra-familiales, prise en charge judiciaire). Elle reçoit enfants, adolescents et familles pour un temps de soutien thérapeutique ponctuel ou des séances de psychothérapies régulières.

**Marine Daubenfeld** est art-thérapeute et biographe accompagnante. Elle soutient les personnes en souffrance (enfants, ados, adultes et personnes âgées) à reprendre leur parole en main - une parole singulière - tout en les aidant à retrouver un certain calme intérieur.



## Objectifs

- Donner l'occasion aux jeunes de vivre différemment le groupe, en favorisant l'expression et le ressenti.
- Eprouver un espace organisé horizontalement, où il est possible de vivre sans tabous, en sécurité.
- Expérimenter les notions d'intimité, de singularité, de consentement, de confidentialité, de coopération.
- Comprendre ce que sont les émotions et ce à quoi elles servent. Les ressentir, les identifier, les laisser émerger. Prendre conscience de leur éphémérité et de la palette infinie et singulière qu'elles recouvrent.
- Pour développer l'estime de soi, envisager la fierté comme émotion et les valeurs que l'on porte comme des guides.