



# BIENVEILLANCE

Comment sortir de la violence?

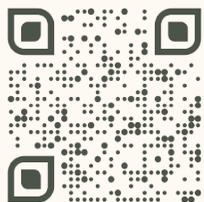
Ces ateliers s'intègrent dans le projet global de l'AMSAR, association qui a vu le jour en 2018 au sein de la Maison Santé de Ronsouze.

Aujourd'hui l'AMSAR s'est élargie pour inclure des professionnels de santé de Ploërmel et de ses environs. Ils s'investissent et s'engagent dans des projets contribuant à l'amélioration de la santé de la population du secteur de Ploërmel.

Renseignements et inscriptions :

[atelierharmonie56@gmail.com](mailto:atelierharmonie56@gmail.com)

[www.amsar.fr](http://www.amsar.fr)



AMSAR

ASSOCIATION MAISON  
DE SANTE DE RONSOUZE  
PLOERMEL

« Atelier psycho-corporel :  
trouver l'harmonie par le  
mouvement, le souffle et  
la voix »

Cette proposition d'atelier s'inscrit dans le projet du groupe « Bienveillance - Sortir de la violence » qui propose des formations à l'accueil et à la prise en charge des victimes de violence, et parallèlement développe des actions de prévention concrètes.



# BIENVEILLANCE

Comment sortir de la violence?

## Pour qui ?

Les ateliers ont pour objectif d'accompagner des femmes ayant vécu par le passé, des violences physiques, sexuelles ou psychologiques.

### Groupe de 8 femmes maximum

Les ateliers sont proposés gratuitement aux participantes (financement CPAM).

## Où et Quand ?

Un programme de **8 ateliers** psycho-corporels répartis **sur plusieurs mois**.

Atelier de **19h à 21h**  
les vendredis soirs

**Salle "l'Entrepause"** située au  
1, Chardonneret - 56800 Ploërmel

## Objectifs et choix des outils :

Ces ateliers sont animés par trois professionnelles formées à l'accompagnement des victimes de violences (psychomotricienne, infirmière et psychologue).

Le vécu traumatique entraîne très souvent une dissociation. L'approche psycho-corporelle est choisie afin de permettre un réaccordage émotionnel, corporel et psychique grâce au mouvement, au souffle et à la voix.

Cette modalité d'accompagnement permet aux personnes victimes de se sentir moins isolées. Soutenues par un groupe bienveillant, il est alors possible de reprendre confiance et de se reconnecter à une meilleure estime de soi.

Encadrants soumis au secret professionnel.

## Renseignements et inscriptions :

[atelierharmonie56@gmail.com](mailto:atelierharmonie56@gmail.com)

## Modalités de recrutement :

Le recrutement se fait par adressage.

Les participantes sont contactées et sollicitées pour intégrer le projet par le biais des professionnels auprès desquels elles bénéficient déjà d'un suivi individuel (psychologue, infirmière asalée, médecin, sage-femme, CMP, psychiatre...)

Le professionnel qui oriente la participante est identifié comme référent de cette dernière.

## Déroulement des ateliers :

Chaque atelier propose un temps d'échanges en début et en fin de rencontre, ainsi qu'un temps de pratique d'exercices psycho-corporels en lien avec différentes thématiques telle que l'estime de soi, la confiance, l'ancrage, la reconstruction, l'équilibre, le contrôle ou la liberté...