

Groupe de marche pour hommes en deuil

OBJECTIF

Favoriser l'expression de la parole et des émotions liées au deuil dans un cadre masculin, lors d'échanges interindividuels au cours de la marche, le soir à la veillée ou le lendemain matin.

Il ne s'agit pas d'un groupe de thérapie.

L'accent est mis sur l'auto-assistance. Chacun doit se sentir libre de partager ou non son expérience, de marcher à sa guise. Les membres du groupe ne sont pas là pour donner des conseils, mais plutôt pour apporter leur soutien par une écoute active, silencieuse, mutuelle, dépourvue de jugement. La confidentialité des échanges est requise.

Chacun s'engage à respecter les règles définies par les membres du Comité de Randonnée Pédestre de l'Indre, visant à préserver la sécurité du groupe et le respect des sites traversés.

PUBLIC

Tout homme valide ayant fait l'expérience du deuil, quelle que soit sa condition physique (la marche peut-être au besoin raccourci).

MODALITÉS

- ⦿ Rendez-vous samedi à 14 h au gîte
- ⦿ Marche de 8 à 12 km sur un circuit autour du gîte, soit 4h environ prévoir chaussures de marche et vêtements adaptés en cas de pluie
- ⦿ Dîner en commun, chacun partageant son repas
- ⦿ Veillée
- ⦿ Nuitée en chambre individuelle
- ⦿ Petit déjeuner offert le dimanche matin
- ⦿ Temps d'expression libre et bilan du séjour
- ⦿ Clôture

INSCRIPTION

- ⦿ L'inscription, gratuite, validée à réception du questionnaire préalable
- ⦿ L'adhésion à l'association ou les dons sont acceptés