



## ***Françoise Poulnot***

*Praticienne en psychothérapie relationnelle*

*Art-thérapeute*

**Diplômée du M.A.T,**

Mouvement d'art-thérapeutes

**Accréditée par la FFAT,**

Fédération française des art-thérapeutes

**Titulaire du SNPPsy,**

Syndicat national des praticiens en psychothérapie  
relationnelle et psychanalyse

**Accréditée par la FF2P,**

Fédération française de psychothérapie et  
psychanalyse

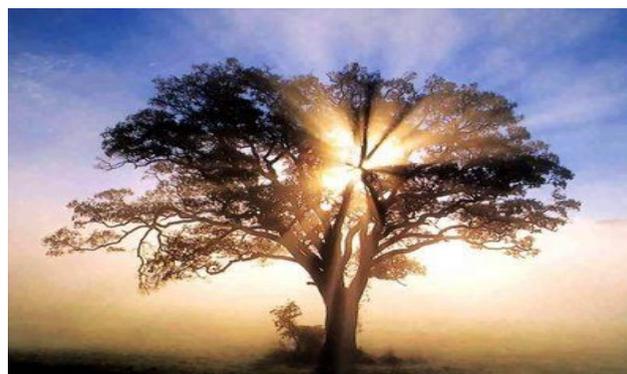
Née de l'approche émotionnelle et psycho-  
corporelle (rebirth, végétothérapie, Apsyse...), ma  
pratique s'est enrichie d'autres regards (art-thérapie,  
psychodrame, transe/danse) et se déploie  
aujourd'hui dans une vision existentielle de la  
personne, soutenue par l'exigence de l'éthique.  
Depuis plus de quinze années, j'accompagne les  
personnes en travail individuel, en couple et en  
groupe, dans un souci de réconciliation avec soi  
même et d'ouverture au monde.

**45, rue Denon**

**71100 Chalon-sur-Saône**

**Tél : 03.85.93.28.13/ 06 86 67 16 27**

**francoise.poulnot@gmail.com**



***Le souci de l'humain, l'allègement de sa  
souffrance, le déploiement de son être et la  
libération de ses forces créatrices conduisent  
ma pratique de la psychothérapie.***

***Guérir ses blessures  
Retrouver la confiance en soi  
et en l'autre  
Explorer sa créativité  
Accéder au sentiment d'unité***



***Groupe régulier  
de psychothérapie  
et d'art-thérapie***

**2016/2017**

**avec**

**Françoise Poulnot**

**Le groupe psychothérapeutique** est un puissant levier de changement car il accélère le processus individuel et intensifie ses effets bénéfiques. Il permet à chaque participant de dépasser ses peurs, faire évoluer l'identité intime, affirmer son existence, s'ouvrir aux autres et développer sa place dans le monde. Il se déroule dans un climat de respect, de liberté et de profondeur. Structurant et réparateur, il dynamise la fonction relationnelle. Le groupe crée une enveloppe symbolique étayante et protectrice dont chacun bénéficie dans son processus de développement. Différents outils seront utilisés en fonction de chaque personne et de l'évolution du groupe tels que la végétothérapie et l'Apsyse, le rêve, le travail avec le souffle....

**L'art-thérapie.** Nos travaux d'art-thérapie sont combinatoires. Ils s'appuient sur plusieurs médiateurs tels que peinture, écriture, transe/danse, modelage, masques, art nature...Chaque médiateur relie sans détour la personne à son potentiel créateur, ses forces transformatrices, et génère un regain d'estime de soi et de plaisir. L'art thérapie favorise l'exploration de nombreux niveaux de l'être : énergétique, expressif et créatif , émotionnel, corporel, imaginaire et symbolique...

**Les journées** sont ponctuées de temps solitaires, en duo, en groupe, de travail psychothérapeutique, art-thérapeutique, en salle et dans la nature, et de temps de parole.



Les participants sont engagés dans un ressort individuel et collectif. Soutenus par l'ensemble du groupe, ils osent relâcher les défenses, expérimenter et découvrir une nouvelle façon d'être et de vivre.

Le groupe se compose de 8 à10 participants et de la thérapeute. Il peut être enrichi de la possible co-animation avec d'autres intervenants. Il n'est pas nécessaire d'avoir une pratique artistique.

**Lieu :** Cabinet de psychothérapie, 45 rue Denon , 71100 Chalon-sur-Saône .

Certaines journées auront lieu à la résidence d'artistes « La Turbine », moulin de Sampigny les Maranges 71150, à 1/2 h de Chalon sur Saône et de Beaune, en pleine nature.

#### **Dates**

les samedi : 28/05 ; 17/09; 19/11/2016.  
21/01 ; 18/03; 20/05; 01 et 02/07; 16/09 ; 18/11/2017.

#### **Horaires**

9h à 18h 30

#### **Tarifs**

120€ la journée.

Inscription avant le 15/08/2016 :110€ la journée

#### **Apporter**

Une tenue chaude en hiver, souple et non salissante. Un repas à partager le midi.

#### **Conditions d'inscription**

Ouvert à tous après entretien avec la thérapeute. S'engager à respecter les règles déterminées par le cadre des groupes de psychothérapie, fournies à l'inscription.

Pour l'efficacité du travail individuel et la cohérence du groupe, un engagement régulier est demandé et au moins pour cinq journées. Une journée d'essai est toutefois possible avant engagement.

Lors de l'inscription un chèque d'arrhes de 100€ est demandé, non remboursable en cas de désistement 15 jours avant le début du processus.

L'accès au groupe est possible en cours d'année en fonction des places disponibles.