

ATELIER EXPÉRIENTIEL

TOUCHÉ !

Une rencontre entre soi, l'autre et le sacré



***Et si le toucher — et le fait d'être touché — était un portail qui révèle ?
Un passage vers plus de présence, de vérité et de reliance.***

Pourquoi cet atelier ?

Dans un monde où tout s'accélère, où les écrans nous relient mais nous isolent aussi, le toucher est devenu un **langage oublié**. Pourtant, il apaise, régule, relie et réveille.

Cet atelier se veut une **rébellion douce** : celle de redonner une place au geste vrai, à l'écoute fine, au contact humain — qu'il soit physique, émotionnel ou symbolique.

Cet atelier offrira l'occasion d'explorer les effets positifs du contact — et, à l'inverse, les conséquences de son absence — sur la santé physique, psychologique, relationnelle et spirituelle.

Aperçu de la journée



« Combiné à mon chemin d'accompagnante – comme synergologue et ritualiste – cet atelier s'inspire à la fois des découvertes des neurosciences, de la biologie et de la physiologie du toucher, et des sagesses issues de la philosophie, de la spiritualité et de la conscience. Un pont vivant entre science et sens, corps et âme. »

Cette journée offre un espace sécuritaire et bienveillant où chaque participant·e est invité·e à explorer, à son rythme, la capacité d'**être touché·e et de toucher** — avec **corps, cœur et âme**.

Une expérience pour renouer avec la sensibilité créative et la vérité intérieure, parfois voilées par la charge mentale, le poids des attentes, le masque du faire, la course de la vitesse... et nos mécanismes de protection.



Est-ce pour toi ?

Cet atelier est ouvert à toute personne qui le souhaite et qui en ressent le besoin, même juste par curiosité... peu importe son identité de genre et son titre professionnel.

J'attire ton attention sur ceci :

- Cet atelier n'est pas une promesse de transformation miraculeuse.
- Ce qui se donne à chacun·e ne peut être prévu : cela se révèle seulement au temps juste.
- Chacun·e vivra l'expérience selon sa volonté, son rythme et son degré de vérité avec soi.

“

Ton corps sait avant ta tête. Antonio Damasio

”

JUL

17

Informations pratiques

Québec – 10 octobre 2025 | **Saguenay** – 24 octobre 2025

🕒 Horaire : 9 h à 16 h 30

📍 Lieu : à confirmer selon le nombre de participants

👥 Groupe mixte : 14 à 20 participant·es

✉ Inscription : cathy.larouche@cocreateurs.ca

Suite à votre manifestation d'intérêt, vous recevrez un formulaire d'inscription à compléter et à nous retourner avec votre paiement afin d'officialiser votre participation.

💰 **Tarif : 350 \$ taxes non incluses (repas du midi inclus)**

🔄 **Modalités de paiement — Contribution consciente et respectueuse**

Nous croyons à une économie du **juste lien** : une contribution alignée à vos moyens, à la valeur perçue, et à votre réalité.

Pour cet atelier, nous vous proposons **trois options** :

● **Option 1 – Contribution solidaire : 380 \$**

Pour celles et ceux qui souhaitent **soutenir la mission** de l'atelier et permettre à d'autres de participer avec un tarif réduit.

💛 *Merci de contribuer au cercle plus grand que vous.*

⚖️ **Option 2 – Prix juste : 350 \$**

C'est le montant qui permet de couvrir l'ensemble des frais liés à l'organisation de cette journée, incluant les honoraires et le repas du midi.

🌱 **Option 3 – Tarif allégé : 225 \$**

Pour les personnes qui ressentent l'appel mais pour qui le tarif régulier est un obstacle.

🎁 *Une façon de rester accessible sans compromettre la qualité.*

🔒 **Réservation** : Payable en totalité pour confirmer votre place (non remboursable).

💬 Vous vivez une situation particulière ou souhaitez proposer un échange ? Écrivez-nous avec confiance : cathy.larouche@cocreateurs.ca

