

Dimanche 8 Mars 2026

INTÉGRER LE TRAUMA COLLECTIF



**Salle YOGA des
Coqs Rouges**

**14, Impasse Caillabet
33000 Bordeaux**

**De 9h00 à
13h00/13h30**

Tarifs :

Adhérents CR: 30 €

Non adhérents : 40 €



Le trauma collectif fait référence aux réactions psychologiques et comportementales face à une situation ou des événements qui affectent la société dans son ensemble.

Aujourd'hui, nous vivons dans un mode où les dérèglements s'accroissent de façon extrêmement rapide et exponentielle, et où lorsque nous regardons l'avenir, nous ne pouvons faire face qu'à des projections négatives et alarmantes.

Cela génère un stress énorme au niveau collectif, et en tant qu'individus, nous développons tous des réactions profondes face à ce stress qui nous affecte bien plus que nous ne le pensons.

Ce stage vous offrira un contenant sécurisant et bienveillant pour vous permettre d'accueillir et de transformer les émotions, sentiments profonds et les déséquilibres intérieurs en lien avec les dérèglements du monde.

En rencontrant en Présence notre expérience somatique et en utilisant le processus de co-régulation du groupe, nous pouvons sortir du conflit intérieur, apaiser notre système nerveux et restaurer l'équilibre et l'harmonie.

Revenus à un état de cohérence interne et établis dans la paix, nous pouvons alors nous tourner vers le monde et faire face à ce qui est dans un état d'ouverture et d'amour.

Et c'est cette énergie dont le monde a besoin.

Stage animé par **Patrick Boulan**

Infos et inscriptions : 06 81 92 43 60 - turiya.tmy@gmail.com

www.turiya.fr