

COMMENT MIEUX TRAVERSER SON DEUIL ?

AU

CHÂTEAU DE CORMICY

Rue Désiré Masse,
51220 Cormicy



Château de
Cormicy

Avec le soutien de nos
partenaires financeurs



Relais du
Bien-être

DU
20 AU 24
AVRIL 2026

4 JOURS / 4 NUITS

*100% PRIS EN CHARGE

LIMITÉ À

10 PARTICIPANTS/SÉJOUR

***Éligibilité et réservation :**



07 85 76 59 15



sejours@relaisdubienetre.com



www.relaisdubienetre.com

VOTRE PARCOURS DE PRÉVENTION-ACTION EN 3 ÉTAPES



Le deuil est une étape difficile de votre vie, nous vous aidons à envisager l'avenir sous un **meilleur angle**.

Chez Relais du Bien-être, nous sommes profondément **investis** dans votre bien-être, vous qui faites face à une épreuve de vie particulièrement douloureuse.

Notre mission est de vous offrir un moment de **répit** où vous pouvez vous **recentrer**, vous **ressourcer** et durant lequel nous pouvons vous **accompagner** à mieux traverser votre deuil.



ÉTAPE

1

Préparation

- Inscription **individualisée** au séjour
- Mise en place d'un **covoiturage** selon les disponibilités

ÉTAPE

2

Déroulé du séjour

- **4 jours / 4 nuits**
- **Groupe de 10** personnes en situation de veuvage
- Des ateliers animés par des **experts** (Sophrologue, enseignant en gymnastique douce, nutritionniste-diététicien)
- Chambre et salle de bain **privative**

JOUR 1

- Arrivée
- Atelier de gestion
- Déjeuner
- Sophrologie
- Temps libre
- Dîner

JOUR 2

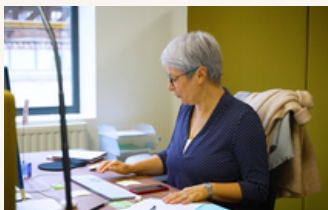
- Petit déjeuner
- Sophrologie
- Déjeuner
- Diététicienne-Nutritionniste
- Temps libre
- Dîner

JOUR 3

- Petit déjeuner
- Améliorer son bien-être
- Gymnastique douce
- Déjeuner
- Sophrologie
- Temps libre
- Dîner

JOUR 4

- Petit déjeuner
- Objectif
- Déjeuner
- Bilan séjour
- Départ



ÉTAPE

3

Suivi

- Suivi **individuel**
- Accompagnement **personnalisé**