

# Un nouveau départ

Un voyage en quête de soi, en canoë sur la Loire sauvage



## **Stage de psychothérapie**

coanimé par Yann Desbrosses et Delphine Della Gaspera  
du 4 au 6 juillet 2025

La vie n'est pas un long fleuve tranquille. Nos parcours sont marqués par des empêchements pouvant provenir de schémas passés qui se reproduisent dans le temps.

Comment mieux identifier les contrats familiaux inconscients qui sont encore actifs ?

Comment faire le tri dans ses loyautés familiales, pour finir de se différencier du monde parental et s'approprier vraiment sa vie ?

Qu'est-ce qui n'a pas pu encore s'accomplir et attend d'être réalisé ?

Chaque participant.e sera invité.e lors de ce stage à retrouver en soi le/la jeune adulte au moment où il/elle a quitté sa famille et à revisiter la façon dont ce passage s'est déroulé : afin de se libérer de contrats restés actifs et d'ouvrir de nouvelles perspectives pour la suite. Ainsi, chacun.e pourra poser un nouveau regard sur ses valeurs et ses désirs d'accomplissement.

Ce stage a la particularité de se dérouler en itinérance en canoë sur la Loire. Le voyage sur le fleuve, métaphore du cheminement intérieur, le bivouac en pleine nature et la mobilisation du corps viennent mettre en lumière sa force intérieure, mais aussi ses peurs et ses résistances au changement à l'œuvre dans sa vie.

Nous vivrons ensemble pendant trois jours et deux nuits une alternance entre des moments de descente du fleuve, des expériences psychocorporelles et des temps de parole sur les berges sableuses.

L'expérience du groupe psychothérapeutique offre de vivre que c'est au contact de l'autre que je me découvre : me différencier, sentir et m'affirmer dans mes choix.

Cette immersion dans la nature est aussi une stimulation de nos sens, de nos corps par l'effort physique, une plongée dans la beauté sauvage du monde : elle réveille notre pulsion de vie.

L'écopsychothérapie, en s'appuyant sur la relation au paysage naturel, stimule notre sensorialité, facilite notre rencontre avec nous-même, et nous invite à entrer en dialogue avec une dimension qui nous dépasse : le temps long et l'espace vaste du monde vivant.

*QUAND SE FAIRE DU BIEN EST AUSSI CREER DU SENS.*

Dates : du vendredi 4 au dimanche 6 juillet 2025

Lieu : le rendez-vous est au club Espérance canoë de Decize, en Bourgogne, le vendredi 4 juillet à 11h.

Le stage finit au même endroit le dimanche à 17h30.

Transport : il y a une gare SNCF à Decize, à 10 minutes à pied du club de canoë.

Des covoiturages depuis l'Île de France sont possibles.

Il n'est pas nécessaire d'avoir une expérience du canoë pour vivre ce stage.

Nous dormirons à la belle étoile et nous cuisinerons autour du feu. Quelle que soit la météo, nous aurons les moyens de créer une installation confortable.

Tarif du stage : 420 euros (360 pour les personnes engagées dans le groupe continu) + 140 euros de frais qui incluent la location des canoës (et gilets de sauvetage et bidons étanches), l'encadrement par un moniteur de canoë diplômé d'Etat.

Matériel à prévoir : nourriture pour les trois jours, matelas de camping, sac de couchage, lampe frontale, maillot et serviette, assiette, tasse et couverts, cahier et crayon.

Des ustensiles de cuisson seront fournis. Un supermarché se trouve à Decize tout proche de la gare et du club de canoë.

Inscription : auprès de Delphine ou Yann, en versant un chèque d'engagement ou un virement de 140 euros à l'ordre de l'association Le sens de la visite.



Yann Desbrosses est praticien en psychothérapie (Analyse Psycho-Organique (APO), EMDR, écopsychothérapie) à Champs sur Marne et à Paris, superviseur et formateur.

Co-auteur de L'Analyse Psycho-Organique - Les voies corporelles d'une psychanalyse (éditions L'Harmattan), Yann a exercé pendant 12 ans le métier de danseur acrobate, pour des spectacles en nature mettant le corps en contact avec l'arbre, l'eau, la terre.

Tel: 06 62 60 49 96

[www.yanndesbrosses.com](http://www.yanndesbrosses.com)



Delphine Della Gaspera est psychologue et écopsychothérapeute à Paris 13ème et ponctuellement au parc de Choisy.

Diplômée en psychologie clinique, elle s'est formée à l'APO, à la psychanalyse des groupes, à la psychanalyse transgénérationnelle et à la psychothérapie d'enfants et d'adolescents. Elle a participé en tant que co-thérapeute à des séances de thérapie systémique et de psychodrame.

Elle pratique également la méditation, le yoga, la danse initiatique et bénéficie d'enseignements de traditions chamaniques afin d'approfondir sa relation à la nature et de favoriser la reconnexion entre l'humain et le monde vivant.

Tel : 06 63 99 92 78

Pour en savoir plus :  
Infos, vidéos et liens sur le site  
[www.ecopsychotherapie.fr](http://www.ecopsychotherapie.fr)