

L'art d'accompagner

du 30 octobre au 1er novembre 2026
à l'Espace du Carmel à Danville



Accompagner, c'est revenir à l'essentiel.
Rencontrer. Ressentir. Être.
Apprivoiser la peur de disparaître.



Retraite animée par

Isabelle Challut
& Doula et formatrice

Marie Josée Legris
Tanadoula et accompagnante en
fin de vie

Le fil conducteur

Accompagner fait partie de notre nature humaine. Dans les passages de la vie, petits ou grands, nous sommes appelés à être là les uns pour les autres, souvent sans mode d'emploi, mais toujours avec notre présence.

À l'ère où tout va vite, où les connaissances et pratiques médicales prennent une grande place dans les passages de vie, *l'art d'accompagner* devient indispensable.



En accompagnant la naissance et la mort depuis de nombreuses années, nous avons exploré le temps qui s'étire et notre capacité à être **Présentes** dans ces moments charnières, intenses, parfois très difficiles, parfois sereins. Nous sommes restées de longues heures à écouter le silence et nous avons appris énormément des personnes accompagnées. Elles nous ont enseigné comment les accompagner. Nous avons compris que parfois, ne rien faire est ce qu'il faut faire. Que dans ce **rien** rencontré, la vie peut se déployer et nous guider vers ce qui est le plus juste dans l'instant.

Nous proposons ces 2 jours et demi afin de croiser nos regards autour de nos expériences respectives et ouvrir un espace de partage pour toutes les personnes présentes.

Notre société a besoin de tels moments afin de retrouver cette place auprès des personnes que l'on accompagne : notre famille, nos ami-e-s ou des clients dans le cadre d'un travail.

Nous proposons de réveiller ces **savoirs d'accompagnement** qui ont progressivement disparu au profit des savoirs médicaux. Passer du temps avec une personne qui vit un grand passage peut être bouleversant, inconfortable... mais aussi nourrissant, apaisant et très **vivant**.

L'art d'accompagner nous parle de notre humanité, de notre rapport à la vie et à la mort. Il nous ramène à l'essentiel, à l'essence des rencontres entre humains et à l'appriovissement de notre peur de disparaître.

L'art d'accompagner est présent en chacun de nous et a besoin d'un espace sécurisant pour se révéler et éclairer nos vies.

À qui s'adresse cette retraite

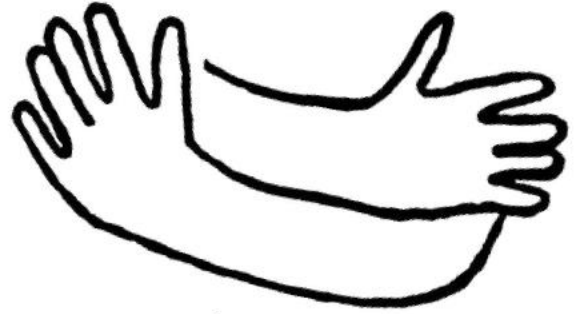
Proches aidants

Doula.s de naissance et de fin de vie

Bénévoles en soins palliatifs

Professionnel.les

(infirmières, sages-femmes, éducateur-ices)



Toute personne qui s'intéresse à l'accompagnement.

À quoi s'attendre ?

Nous avons choisi de vous offrir cet espace dans un lieu inspirant afin de faciliter cette rencontre avec notre nature profonde. À travers des exercices corporels, des rituels, des moments de silence et de partage, de contemplation et de méditation, nous transmettrons nos expériences, nos apprentissages et nos routines pour prendre soin de nous en accompagnement.

Nous explorerons la présence qui rassure et l'intuition qui guide.

Tout au long du séjour, nous prendrons également soin de vous en vous proposant un **menu végétarien**, savoureux et préparé avec amour par une magnifique jeune cheffe.

Chaque personne disposera d'une **chambre intime**, offrant un espace propice pour se déposer, se reposer et intégrer en douceur ce qui sera vécu.

Nous profiterons de cette fin de semaine de la fête des morts (Halloween) pour partager **un rituel le samedi soir** afin d'honorer les personnes décédées chères à notre cœur.

Vos animatrices



Isabelle Challut

D'abord infirmière, elle travaille régulièrement en unité de soins palliatifs puis en obstétrique. Elle devient mère et met au monde son 2^e enfant chez elle, sans aide médicale dans les années 1990. Elle est bouleversée par cette expérience guidée par son intuition et la découverte de ses ressources personnelles.

Co-fondatrice du Centre Pleine Lune en 2005, elle va se consacrer à l'accompagnement des femmes et des familles qui désirent mettre au monde sans intervention inutile, dans le respect de leur corps, de leur rythme et de leurs valeurs. Se mettre à l'écoute, prendre soin, soutenir les choix, guider les réflexions sera au cœur de sa pratique doula durant 20 ans.

Depuis 15 ans, elle forme des doulas ainsi que des professionnel.les de l'obstétrique. Elle est aussi l'auteure de 4 livres autour des passages de la naissance et de la mourance.

Aller-retour vers l'au-delà – Une histoire d'une expérience de mort imminente et de guérison spontanée. Éditions le Dauphin Blanc

Rituels de femmes pour réenchanter la maternité. Éditions Trédaniel

La maternité au féminin. Éditions l'instant présent.

Le fil d'argent, de la naissance à la mourance – contes – Auto édition



Marie-Josée Legris

Thanadoula et accompagnante en fin de vie, elle est fondatrice de Colibri – accompagnement de fin de vie. Elle œuvre auprès des personnes en fin de vie et de leurs proches, en offrant une présence empreinte de douceur, d'écoute et de respect du rythme de chacun.

Elle accompagne également à la Maison Adhémar-Dion, où elle soutient les passages avec sensibilité, humanité et profondeur. Chaque rencontre est pour elle unique, et chaque personne qu'elle accompagne dépose en elle un trésor précieux qui nourrit sa façon d'être au monde et d'habiter la vie.

À travers sa pratique, elle ouvre des espaces pour apprivoiser la mort, accueillir les émotions, et redonner du sens à ce grand passage. Elle est l'auteure du livre *Osons parler de la fin de vie – Réflexions et conseils d'une thanadoula* (Éditions Édito), dans lequel elle partage des repères concrets et des réflexions issues de son expérience.

À travers ses accompagnements, ses ateliers et ses retraites, elle invite à poser un regard plus doux et conscient sur la fin de vie, afin de transformer notre manière de vivre, d'aimer et d'accompagner.

Détails techniques

Tarifs

1080\$ + taxes

Le coût inclut la nourriture végétarienne (6 repas) et les 2 nuits en occupation simple

Horaire

Du vendredi 30 octobre 2026 à 16:00 au dimanche 1er novembre à 15:00

Inscription:

1. Remplir le formulaire:

<https://docs.google.com/forms/d/1d9Pwkv9hsWy3CmoI3XipdFhTwPd1pkEDcYJnMofNtf8/edit>

2. Paiement sur la boutique en ligne – possibilité de paiement en 3 fois

<https://centrepleinelune.com/boutique/>

Découvrir le lieu de la retraite – <https://espaceducarmel.com/>

