

Pavillon Ressource

Séjour de ressourcement thérapeutique burnout



Séjour de ressourcement thérapeutique BURNOUT

Nous vous accompagnons sur votre chemin de rétablissement grâce à un programme thérapeutique holistique de 2 semaines minimum, personnalisé en fonction de votre état de santé et dans le respect de vos croyances.

Durant le séjour, vous bénéficierez :

- d'entretiens de suivi personnalisés, basés notamment sur la méthodologie de traitement du burnout développée par la psychologue spécialisée Catherine Vasey,
- d'activités de ressourcement : ateliers créa-thérapeutiques, activités physiques douces, Pilates, promenades, activités créatrices, médiation animale, moments de détente et de convivialité.

Si vous le souhaitez, une offre spirituelle chrétienne vous est également proposée visant à soutenir la recherche de sens et de paix avec Dieu :

- la relation d'aide chrétienne,
- la prière communautaire rythmant les journées de la Communauté,
- les partages bibliques et les cultes.

Le programme est construit de façon à **favoriser une récupération active saine et une stimulation adaptée** à votre état de santé et vos objectifs.

Accompagnement

Une équipe de professionnels tels que psychologue, infirmière, art thérapeute, coach sportif, ou conseillers en relation d'aide chrétienne vous accompagne quotidiennement. Selon la situation, des professionnels externes sont également mandatés.

La Communauté offre également une présence douce et discrète pour vous accompagner dans différentes **activités de ressourcement créatrices et sociales** (musique, lecture, art floral, travail du bois, etc.).

NOUVEAU À SAINT-LOUP

Une offre sur mesure pour toutes personnes en situation de burnout professionnel souhaitant prendre un temps à part pour mettre « sa terre » en jachère, se reposer, se ressourcer et se régénérer.

Votre séjour

Nous vous accueillons dans **une chambre individuelle de catégorie « supérieure »** avec une literie de qualité, meublée avec soin, lumineuse et calme. Chaque chambre possède un lavabo et dispose d'une salle de douche et de WC privatifs à l'étage.

Les repas sont pris à la salle à manger avec les hôtes et les membres de la Communauté. Sur demande, le petit déjeuner peut être servi en chambre.

Sur le plateau de Saint-Loup, vous bénéficiez **d'un cadre naturel exceptionnel** entre champs, rivière et forêt, propice au repos et au ressourcement.

Conditions et tarif

Avant votre arrivée, un entretien préalable est réalisé pour assurer que le séjour soit adapté à votre situation et aligné à vos objectifs. Nous travaillons en collaboration avec votre médecin traitant pour permettre un suivi médical complet.

Le tarif pour un séjour de 2 semaines minimum est de CHF 2'500.-

Ce prix comprend la pension complète, les entretiens de suivi, les activités de ressourcement, les frais administratifs ainsi que les taxes de séjour.

Des prestations complémentaires dispensées sur place par des professionnels sont proposées en option, en sus du prix du séjour :

- Relation d'aide chrétienne
- Massages relaxants*
- Accompagnement nutritionnel*

*partiellement remboursés selon votre assurance maladie complémentaire.



Information et réservation de séjour

www.saint-loup.ch/sejour-burnout

pavillon.ressource@saint-loup.ch

+41 21 866 52 06

Une offre de



Communauté
de Saint-Loup

