



LE JEU DES POURTRATZES

Date samedi 16 mai 2026

Horaire de 10h00 à 16h30

Lieu Hôtel de la Dent du midi
Avenue de Simplon 1
1890 Saint-Maurice

Intervenante Mme Brigitte Dorsaz D'Alessio, thérapeute, api-thérapeute,
fondatrice de l'Ecole d'apithérapie holistique Melipona

LE JEU DES POURTRATZES : Découvrir et jouer avec ma tribu intérieure.

Chaque jour, nous expérimentons des émotions que nous considérons souvent comme encombrantes, malvenues voire dangereuses...

Souvent mal-comprises ou mal-aimées, nos émotions sont autant de signaux qui nous disent que « quelque chose se passe » et qu'il convient d'écouter le message transmis. Il est donc important de comprendre et accepter nos émotions pour pouvoir avancer sur notre chemin de guérison.

Durant le jeu, les pourtratzes, sortes de poupées rudimentaires, sont positionnées et activées afin de mettre en lumière un personnage ou une partie de soi dans une situation qui pose problème.

Cette mise en action ouvre de nouvelles perspectives et favorise l'émergence d'une nouvelle manière de regarder et pacifier la situation.

C'est la grande force thérapeutique du jeu !

A la fin de l'atelier, chaque participant aura la possibilité de créer sa Boîte à trésors qui symbolisera et supportera la nouvelle énergie mise en lumière.



Prix membre :	CH 40.-
Prix d'associations partenaires :	CH 80.-
Prix public :	CH 135.-

Renseignements et inscriptions jusqu'au 7 mai

ASFM

Association Suisse des Fibromyalgiques

Valérie Notz

Rue du Village 13, 1424 Champagne/VD

Téléphone : +41 77 409 92 28 / du lundi au jeudi de 08h30 à 11h30

valerie.notz@suisse-fibromyalgie.ch - www.suisse-fibromyalgie.ch