

UN CONCEPT  
AUTHENTIQUE  
ET INÉDIT  
*alliant culture,  
patrimoine  
& santé globale*



Situé en plein cœur du Vieux-Québec, *Le Monastère des Augustines* occupe les ailes anciennes du monastère de l'Hôtel-Dieu de Québec (1639), qui est à l'origine du premier hôpital en Amérique, au Nord du Mexique. *Complètement restauré et réaménagé, Le Monastère propose aux visiteurs une expérience de ressourcement unique* ainsi que plusieurs façons originales de prendre contact avec le patrimoine des Augustines - dans une approche laïque.

## NOTRE PROGRAMMATION

*Un vaste choix d'activités inspirantes en santé globale et en culture*

La programmation du Monastère des Augustines propose une centaine d'activités inspirantes permettant de se ressourcer aux plans professionnel et personnel. Offertes par plus de 80 collaborateurs qualifiés, dans une formule à la carte ou avec hébergement, ces activités se déroulent dans le cadre authentique de tout premier monastère que les Augustines ont fondé en 1639.

Plusieurs de ces activités sont recommandées ou dédiées aux personnes œuvrant dans le milieu de la santé et des services sociaux (gestionnaires, infirmières, psychologues, psychoéducateurs, médecins, travailleurs sociaux, etc.) et/ou aux proches aidants qui ont besoin de se ressourcer.



# NOS ATELIERS POUR LES PERSONNES ŒUVRANT DANS LE MILIEU DE LA SANTÉ ET POUR LES PROCHES AIDANTS

Offerts à la carte ou en forfait avec hébergement  
Réservez tôt - Places limitées

## - SAISON 2015 -

27 septembre au 2 octobre 2015 | 500\$\*

AU CŒUR DE NOS VIES : NOS TRANSITIONS ET NOS PERTES...

**Par Doris Langlois et Rebecca Wigfield**

Conférencière, formatrice, superviseure et psychothérapeute /  
Travailleuse sociale, conférencière et formatrice

9 au 11 octobre 2015 | 365\$\*

« HEALING TOUCH », UNE APPROCHE CENTRÉE  
SUR LE CŒUR ET LA COMPASSION

**Par Pascale Boulé**

Infirmière, formatrice pour Healing Touch Program

22 au 25 octobre 2015 | 480\$\*

THE HEART OF THE HEALER: A COURAGE TO LEAD RETREAT

**Par Dan Hines, Twyla Burgoyne et Glen Burgoyne**

Facilitator / Hosts

1<sup>er</sup> au 3 novembre 2015 | 300\$\*

SENS ET RÉSILIENCE POUR UN LEADERSHIP INSPIRANT

**Par Dominique Paquette**

Psychologue

10 au 13 novembre 2015 | 495\$\*

NEUROSCIENCES, PSYCHOTHÉRAPIE ET SPIRITUALITÉ

**Par Joël Monzée**

Docteur en neurosciences et psychothérapeute

15 au 17 novembre 2015 | 285\$\*

LA GESTION DU STRESS, UN ART À MAÎTRISER

**Par Richard L. Côté**

Ph. D. et formateur accrédité RADIX®

20 au 22 novembre 2015 | 350\$\*

ACCORDER UN SENS À SA VIE PROFESSIONNELLE

**Par Sylvie Rousseau et Marie-Claude Gaboury**

Psychologue / Travailleuse sociale

\* Tarif par personne, pour l'atelier seul, à la carte

## - SAISON 2016 -

22 janvier 2016 | 190\$\*

LA MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE

**Par Roger Marcaurelle**

Psychologue et professeur associé de psychologie

24 au 26 janvier 2016 | 300\$\*

ACCOMPAGNER SANS SE PERDRE

**Par Suzanne Bernard**

Ph.D., thérapeute du deuil et auteure

31 janvier au 3 février 2016 | 300\$\*

GESTIONNAIRE, OUI, MAIS AVANT TOUT HUMAIN!

**Par Lucie Mandeville**

Psychologue

19 février 2016 | 195\$\*

FATIGUE DE COMPASSION, CONSIDÉRATIONS ÉTHIQUES  
ET RETOUR À SOI

**Par Joël Monzée**

Docteur en neurosciences et psychothérapeute

1<sup>er</sup> au 3 avril 2016 | 300\$\*

RÉTABLIR L'ÉQUILIBRE, TRAVAIL ET VIE PERSONNELLE

**Par François Côté et Serge Marquis**

Psychologue / Médecin

1<sup>er</sup> au 6 mai 2016 | 500\$\*

LE SOUTIEN DE CHACUN, UNE RESPONSABILITÉ  
ÉQUITABLEMENT PARTAGÉE

**Par Doris Langlois et Rebecca Wigfield**

Conférencière, formatrice, superviseure et psychothérapeute /  
Travailleuse sociale, conférencière et formatrice

5 mai 2016 | 250\$\*

LA GESTION DES RESSOURCES HUMAINES,  
EN ATTENDANT LE M.I.R.A.C.L.E.

**Par Josée Viens et Patsy Clapperton**

Présidente, UMANO-stratégies conseils /  
Vice-présidente, UMANO-stratégies conseils

## CHAQUE VISITE AU MONASTÈRE CONTRIBUE À SOUTENIR SA MISSION SOCIALE

Le Monastère des Augustines est un organisme sans but lucratif qui offre des activités dans le but d'appuyer financièrement sa mission sociale. Cette mission consiste à rendre le patrimoine des Augustines accessible à toute la population ainsi qu'à offrir un répit à ceux qui prennent soin des autres.

DÉCOUVREZ  
TOUTE NOTRE  
PROGRAMMATION

—  
monastere.ca  
—



LE  
MONASTÈRE  
DES  
AUGUSTINES  
Une aventure en soi