

*Parcours pour les personnes en Quête
d'Unification et d'Alignement afin de
Rebondir et Trouver Sérénité et Sens*

*« le parcours QUARTS pour aller de sa
terre d'origine à sa terre d'élection »*

Infos Pratiques

Dates du parcours de 12 jours :

Module 1 : 27 et 28 avril 2026

Module 2 : 11, 12 et 13 juin 2026

Module 3 : 10, 11, 12 et 13 sept. 2026

Module 4 : 22, 23 et 24 octobre 2026

Réunion de présentation en ligne

26 jan 2026 (de 18h30 à 20h)

Equipe d'animation :

- **Jérôme Curnier** : concepteur du parcours QUARTS, auteur, coach senior, enseignant superviseur de coaches professionnel, fondateur de l'Institut maïeutis.
- **Isabelle Limousin** : coach confirmée, superviseuse, garante de la profondeur humaine du processus, médecin généraliste.
- **Jean-Paul Clément** : coach et consultant sénior, soutien stratégique et porteur de sens pour le déploiement de QUARTS.
- **Lilian Degand** : ancien dirigeant ayant entrepris une profonde transformation de lui-même qu'il met au service de la vôtre.

Nombre de places limité à 12 personnes

Pour tout renseignement, contacter :

Jérôme Curnier (06 81 48 62 76)

Mail : jerome.curnier@institutmaieutis.fr

Site : www.institutmaieutis.com

Lieu :

Hôtel Beauregard - 691 Route d'albertville,
74320 Sévrier

« La vie est une aventure vers soi : le moment QUARTS »

Vous est-il arrivé de vous dire : « et maintenant ? »

Vous avez construit, porté, accompli. Mais quelque chose en vous reste insatisfait et vous appelle à autre chose, peut-être une transformation plus profonde.

Vous êtes à la fin d'un cycle et à l'aube d'une nouvelle vie. Ça secoue et c'est normal : perte ou évolution des identités professionnelle et personnelle, prise de conscience plus accentuée de sa propre finitude, peurs diverses relatives à la relation de couple, aux amis qui décident de partir en retraite, à l'éventuelle déprime si l'on expérimente la perte de son emploi. Qui ne serait pas impacté par cette évolution qui constitue une révolution sans en avoir l'« R » ?

Ce temps, cette étape, cette phase de transition est en fait une véritable opportunité et non une fatalité ou une mise au rebut. Nous sommes tous nés quelque part, dans notre « terre d'origine », nous avons parfois erré au début de notre carrière dans une « terre d'adoption », nous avons parfois réussi à trouver notre « terre d'élection », celle où l'on s'est épanoui au travail ou au contraire souffert de ce boulot qui est devenu une « terre de réclusion » à la poursuite d'un accomplissement qui parfois enrichit mais plus souvent sabote la santé...

Peut-on encre espérer trouver sa « terre promise », écrire une suite à cette histoire ?

La réponse est clairement « oui ». Celle où je vais enfin pouvoir faire ce que j'aime, mettre en œuvre de nouveaux rêves, passer du « je dois » que nous avons tous connu à « j'ai envie », passer du « oui mais » empreint de mes pensées limitantes à « oui, et » qui m'autorise à rêver.

Le processus naturel de la transition...

Cette transition du milieu de vie qui débute autour de la mi quarantaine est un processus naturel que la psychologie jungienne appelle « individuation ».

Elle invite chacun à abandonner le masque de la Persona — cette image façonnée pour répondre aux attentes du monde — et à explorer ce qui a été mis de côté : les élans oubliés, les rêves négligés, la vitalité intérieure. Elle nous pousse à affronter nos peurs, reconnaître nos contradictions, intégrer nos parts d'ombre pour accéder à une vie plus pleine, plus juste, plus vraie.

Les participants de QUARTS ne fuient pas. Ils cherchent. Ils ne veulent plus jouer un rôle, mais redevenir auteur de leur vie. Ils sentent que l'heure est venue de choisir une existence en cohérence avec leur être profond. Mais sans accompagnement, ce chemin est souvent chaotique. Il peut engendrer des décisions hâtives, des ruptures mal préparées, ou au contraire une inertie douloureuse.

Car cette transition ne touche pas que la sphère personnelle : elle agit aussi sur les relations de couple, la posture professionnelle, le rapport au temps, à la mort, à la transmission. Elle fait remonter des tensions longtemps refoulées, des élans de liberté, parfois même une urgence de transformation. Elle invite à lâcher l'ancien sans toujours savoir ce que sera le nouveau. Et c'est précisément dans ce flou qu'émerge l'opportunité de renaître à soi.

Au cœur de ce chemin, c'est une quête d'intégrité qui se joue. Retrouver l'alignement entre ce que l'on fait et ce que l'on est. Réconcilier les différentes dimensions de soi : émotionnelle, rationnelle, voire spirituelle. Ne

plus seulement réussir sa vie, mais en goûter le sens. Apprendre à dire non sans culpabilité, oui sans reniement ni retenue. Assumer sa vulnérabilité, sa force, sa lumière, et même son ombre.

Car au fond, ce que l'on cherche à cette période, ce n'est pas une autre carrière ou une nouvelle aventure extérieure. C'est retrouver le contact avec ce qui est vivant en eux. Se redéfinir à partir de l'intérieur. Renaître à soi-même.

Nous avons conçu QUARTS pour vous aider à structurer cette phase de transition et orienter votre questionnement...

Notre parcours « QUARTS » s'adresse à vous qui vous reconnaissez dans ces quelques phrases et ne voulez pas finir votre vie en ayant réussi à l'extérieur mais en étant peut-être passés à côté de vous-mêmes. Ou encore vous qui vous trouvez dans cette phase de transition qui induit une forme de mal-être et un questionnement sans nord magnétique.

« QUARTS » s'adresse à vous, femmes et hommes dirigeants en fin de cycle, cadres expérimentés, quinquas et sexagénaires en quête d'un second souffle. Vous n'êtes pas en crise — vous changez de peau. Ce que vous avez construit à l'extérieur ne suffit plus à nourrir votre intériorité. Il ne s'agit pas d'un effondrement, mais d'un basculement. Un appel à l'unification, au sens profond, à l'alignement.

Nous vous proposons de vous aider à transformer cette période de flou en opportunité de croissance, en vous donnant les moyens de répondre à la baisse d'inspiration pour poursuivre votre vie.

Comment vous proposons-nous de vous aider à répondre à la question « A quoi peut ressembler mon nouveau chemin ? »

En explorant ce qui a été mis de côté : les élans oubliés, les rêves négligés, la vitalité intérieure, nous vous donnerons vos clés personnelles pour accéder à une vie plus pleine, plus juste, plus vraie. Nous vous accompagnerons dans la découverte de votre propre contribution au monde, de

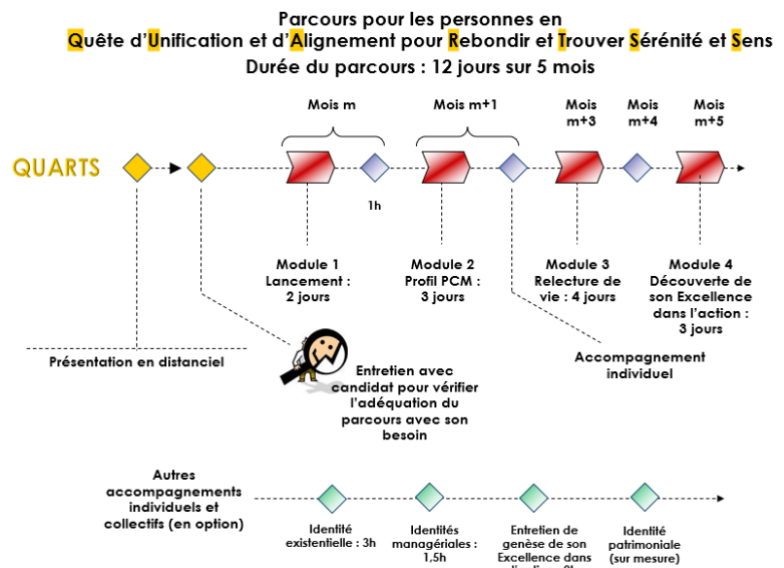
ce que vous choisissez de donner et d'apporter aux autres, à la place que vous choisirez pour vous épanouir.

Nous aurons pour fil rouge la découverte approfondie de notre personnalité unique, comment nous avons joué les cartes qui étaient dans notre jeu, la cohérence qui en émerge afin de décider en conscience la direction que nous choisissons de prendre pour un nouveau cycle de vie.

Détails du parcours « QUARTS »

« QUARTS » vous propose un espace structuré et bienveillant pour traverser cette mutation intérieure. Un temps pour vous poser, relire votre histoire, écouter ce qui cherche à émerger, et envisager la suite avec clarté. Un lieu où vous n'êtes plus seul face à vos doutes éventuels. Un cadre collectif où les participants sont témoin et soutien de l'autre, dans une dynamique d'authenticité partagée.

Le parcours s'organise en douze jours en présentiel sur six mois, en sessions de dix à douze personnes, matinées d'accompagnement intermédiaire à distance personnalisée.



Nos cadres de référence et méthodes d'animation

La démarche est pensée sur la base des cadres de référence suivants : la psychologie humaniste et l'écoute Rogérienne, E. Berne et l'Analyse Transactionnelle, la psychologie des profondeurs (Jung), la logothérapie (Frankl), l'Élément Humain (Schutz), la Process Com (Kahler), la Vision intégrale (Wilber)... et de plus de 25 ans de terrain dans les métiers de l'accompagnement.

On retrouvera par ailleurs les méthodes d'animation suivantes :

- Séquences en sessions plénières et en sous-groupe, en binômes et trinômes
- Temps de partage et de métacommunication
- Mises en situation avec travail symbolique, intelligence émotionnelle, connaissance de soi (notamment avec des outils psychométriques)
- Apports théoriques pour soutenir son propre développement, la connaissance de soi et le travail sur soi afin d'agir avec soi (et non contre soi)