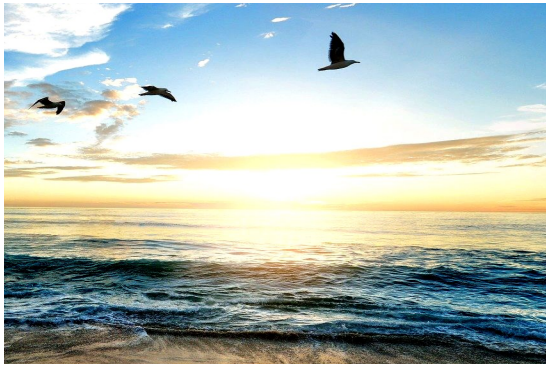
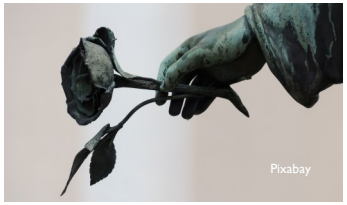
DEUIL D'UN ÊTRE CHER

GROUPE JOUR NOUVEAU



Une personne chère ne nous quitte jamais… Elle vit au plus profond de notre cœur et pour la revoir, il suffit de fermer les yeux.
Auteur inconnu



Un deuil mal vécu peut avoir des effets dévastateurs sur notre santé.

INSCRIPTION

GROUPE JOUR NOUVEAU
À 13H30

Paroisse St-François d'Assise
Presbytère St-Frédéric

Animatrices:
Micheline Descoteaux
Monique Bernier

Inscription: Louise Fleury
819-472-2345

DEUIL DE LA PERTE D'UN ENFANT ET PETIT-ENFANT

Parents ou grands-parents endeuillés

GROUPE HARMONIE

Que faire après le décès de mon enfant ou de mon petit-enfant ?

Quels que soient l'âge et les circonstances, c'est une partie de nous-mêmes que nous perdons.

Il n'y a pas de plus grande souffrance que de bloquer la souffrance
Jean Monbourquette

INSCRIPTION

Animatrice : Nicole Dutrisac
Inscription: Louise Fleury
819-472-2345

Mieux vivre

La traversée d'un deuil situationnel

Le processus de deuil présente plusieurs étapes. Nous en avons choisi parmi elles qui vous permettront de recevoir les outils nécessaires pour accepter et vivre les passages difficiles.
« Investir pour guérir, c'est un pas pour mieux vivre ».

1- Les étapes du deuil

2- Les changements et les résistances

3- L'expression des émotions et des sentiments

4- La réorganisation de sa vie pour continuer à avancer

Le deuil est souvent associé à la perte d'un être cher mais en vieillissant, la vie oblige aussi à différentes sortes de deuils: « perte de la santé, du permis de conduire, du lieu de vie, de la sécurité, de ses rêves… »

INSCRIPTION

Inscription: Louise Fleury
819-472-2345

Thèmes abordés

1- Présentations et introduction aux étapes du deuil

2- Raconter l'histoire de son deuil

3- Reconnaître les résistances au deuil

4- Raconter l'histoire de la relation avec le défunt

5– Identifier et exprimer ses émotions et ses sentiments

6- Prendre soin de soi : le corps en deuil

7– L'importance du réseau de soutien

8- Identifier les tâches liées au deuil

9- S'ouvrir au sens de la perte

10- S'initier à l'échange de pardon

11- Commencer à récupérer son héritage

N.B. Pour le deuil d'un enfant ou d'un petit-enfant, les thèmes peuvent varier.

Je sais que lorsque je regarde vers le ciel, il y a toujours quelqu'un de cher qui pense à moi.

Auteur inconnu

Les groupes de soutien

Offrent un lieu d'accueil et de parole.

Permettent l'expression des émotions dans un climat de confiance et de respect.

Favorisent la compréhension des étapes du deuil ainsi que sa prise en charge.

Brisent la solitude et l'isolement

Témoignages

Ma peine *s'est adoucie.*

Mon regard *sur la vie a changé petit à petit.*

Mes forces vives, *je les découvre.*

Les rencontres se vivent

Nombre de participants : 7 personnes

11 rencontres thématiques

Climat de confidentialité et de bienveillance

Sessions printemps et automne, animées par deux animatrices associant formations, connaissances et expériences.

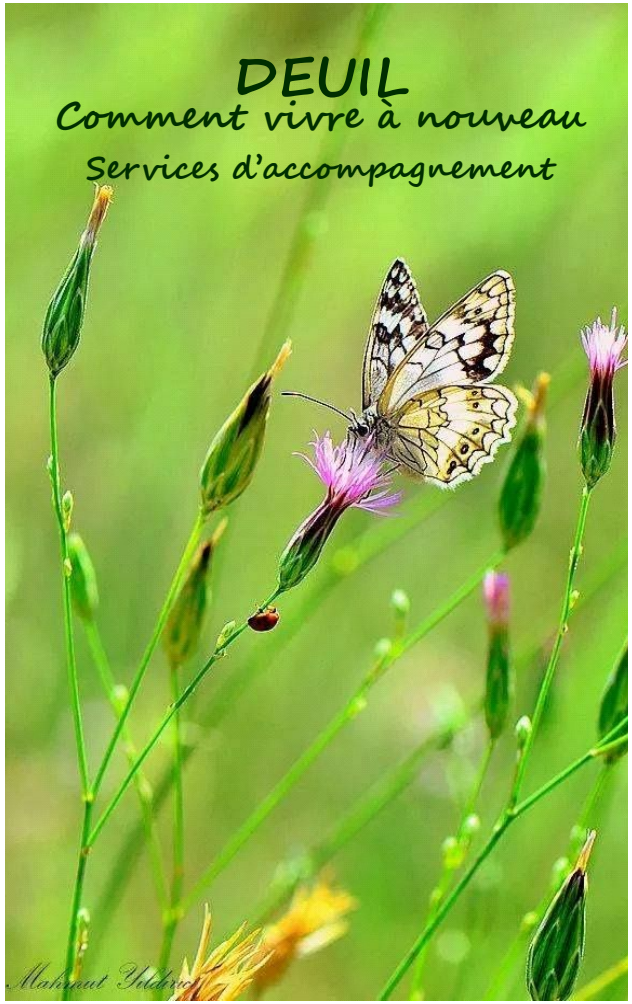
Les rencontres se vivent dans une approche éducative d'accompagnement selon Jean Monbourquette, psychologue, auteur, conférencier de renommée mondiale.

Possibilité d'accompagnement individuel.

Suivez-nous sur facebook

www.facebook.com/DeuiletVie

www.facebook.com/stfrancoisdassise.drummondville



Groupes de soutien

PERTE D'UN ÊTRE CHER:

Groupe Jour Nouveau

PERTE D'UN ENFANT ou PETIT-ENFANT:

Groupe Harmonie

DEUIL SITUATIONNEL:

Groupe Mieux vivre
(perte de la santé, du permis de conduire, du lieu de vie, de la sécurité, de ses rêves…)

Ouvert aux personnes de toutes croyances