



Un groupe pour t'accompagner sur le chemin du deuil...¹



*Mes routes
ne sont que des tremblements
et j'avance pour continuer
de naître,
je n'ai jamais fini de naître.*

Gatien Lapointe

Et transformer une perte en gain...

¹ Source : Dépliant Le Chemin du deuil... communauté chrétienne Ste-Catherine de Sienne.

Revivre après un deuil

« Il existe de moins en moins de rites funéraires sociaux susceptibles de favoriser la résolution d'un deuil. Ce déni social de la mort et de la souffrance a des répercussions très dommageables tant sur les personnes que sur les communautés en situation de perte. » Jean Monbourquette

L'être humain est un être d'attachement et, pour ceux qui restent, perdre un être cher est une expérience douloureuse. La personne est alors blessée et confrontée à sa vulnérabilité.

Pour pouvoir intégrer la perte, passer à travers de sa douleur, traverser les différentes phases du processus du deuil, et réparer la blessure subie, la personne a besoin de s'exprimer.

Le **Groupe d'entraide pour personnes en deuil** regroupe des personnes qui vivent une même blessure et qui veulent se guérir et s'entraider par le partage de leur vécu et de leurs connaissances.

Les objectifs du groupe

- Permettre à chaque membre de clarifier son état, de se libérer par la parole et de cheminer à son rythme;
- Être accompagné dans sa solitude et dans sa tristesse;
- Permettre d'exprimer ses émotions et sa souffrance sans être jugé;
- Développer des liens de solidarité;

- Comprendre le processus du deuil;
- Reconnaître l'importance de faire ses deuils pour pouvoir retrouver son équilibre, guérir et revivre;
- Redonner à chacun (e) la foi en ses moyens et le goût à la vie.

La parole de chacun (e) est reçue avec bienveillance, sans jugement et avec compassion.

L'accent est mis aussi sur la confiance, la discrétion et le respect des différents cheminements à l'intérieur d'un petit groupe. Le groupe est ouvert et les personnes se joignent au groupe sans obligation.

De la documentation et d'autres aides sont proposées en support à la démarche de résolution du deuil.

La démarche

1. **Reconnaître** sa souffrance
2. Recevoir du **réconfort**
3. **Soutenir l'espoir** de guérir et de grandir à l'aide de témoignages
4. Fournir les **outils** pour aider à traverser les étapes du deuil
5. Reconnaître ses **ressources intérieures** et sa capacité à surmonter cette blessure
6. Faire confiance à sa sagesse Intérieure et retrouver le **bonheur**.

Modalités

Animation : Céline Leclerc,
Jocelyn Robichaud

Les rencontres, sans frais,
ont lieu le mercredi
aux deux semaines
d'octobre à mai.

Horaire : de 19 h 00 à 20 h 30
Lieu : Presbytère de l'église St-Pie X
690 Boulevard des Récollets
Trois-Rivières,

Pour information et Inscription

Jocelyn Robichaud
819-841-3551
jocmic@hotmail.com

Réception Paroisse du Bon-Pasteur
819-375-1812
dubonpasteur@cgocable.ca

*J'ai quitté tes yeux,
mais non la vie.
... il appartient à toi
de le reconnaître.
François Gervais*