



Centre spirituel
Sainte-Ursule

SE RELEVER D'UN DEUIL



AGNÈS TELLEY
COLETTE BRUGGER


La Vie germe dans ma terre intérieure

DESRIPTIF

Le deuil nous arrive parfois de manière inattendue et suscite de nouvelles questions existentielles. Il peut être provoqué par une séparation, une perte ou un décès.

Les intervenantes vous proposent des outils de compréhension du processus de deuil et vous ouvrent un espace de parole.

ACCOMPAGNEMENT EN GROUPE

**Lundi de 15h30 à 17h30
ou 19h30 à 21h30**

- 19 septembre 2016
- 10 octobre 2016
- 07 novembre 2016
- 05 décembre 2016
- 16 janvier 2017
- 13 février 2017
- 13 mars 2017
- 24 avril 2017
- 22 mai 2017
- 19 juin 2017

INSCRIPTION ET FRAIS

Vous pouvez rejoindre le groupe en tout temps et sans inscription.

CHF 20.- / rencontre, paiement sur place.

INTERVENANTES

Agnès Telley

agtolley@bluewin.ch

026 470 15 30 ou 079 465 32 20

Colette Brugger

colettebrugger@sunrise.ch

026 436 58 76 ou 079 621 20 97

THÈMES ABORDÉS

- Emotions et sentiments liés au deuil: tristesse, colère, peur, culpabilité, etc.
- Les fêtes: «Noël, sans lui, sans elle»
- Les vacances
- La solitude
- Les tâches reliées au deuil: trier les affaires du défunt, vider l'appartement ou la maison
- Les relations avec les proches, les amis, etc.
- L'influence du deuil sur la santé
- Le pardon
- D'autres thèmes sur demande des participants

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL ET PERSONNALISÉ

Vous avez de l'appréhension à rejoindre le groupe, vous souhaitez d'abord rencontrer l'une des accompagnatrices, vous avez besoin d'une rencontre entre deux séances en groupe, vous préférez une rencontre individuelle: les intervenantes sont aussi disponibles pour un accompagnement personnalisé.

Ces rencontres peuvent avoir lieu au Centre spirituel Sainte-Ursule, à votre domicile ou dans un autre lieu choisi d'entente avec vous.

N'hésitez pas à prendre contact avec les intervenantes, Agnès Telley ou Colette Brugger.

RENSEIGNEMENTS

Centre spirituel Sainte-Ursule
Rue des Alpes 2
1700 Fribourg

T. 026 347 14 00

E. accueil@centre-ursule.ch

W. www.centre-ursule.ch

IBAN CH42 0900 0000 1700 9509 8

« Les rencontres « Se relever d'un deuil » m'ont apporté un espace précieux d'écoute, d'échange et de soutien, suite à la perte de mon frère décédé d'une maladie. J'ai pu partager mes souffrances avec des personnes qui vivaient le même chagrin intense que moi et des animatrices (accompagnantes) pleines de sympathie et de chaleur humaine qui ont su mettre des mots sur ce que nous vivions. Je suis infiniment reconnaissante pour ce que ces rencontres m'ont apporté comme aide et soutien dans cette période de deuil. » *Anne-France*

« Faire son deuil : c'est une démarche **active et volontaire** en vue d'établir une nouvelle relation au défunt et à soi-même dans le but de **re-Vivre**. C'est **choisir** de filer la laine de sa peine pour re-tricoter quelque chose de **sa vie**. Cette démarche appartient à l'endeuillé mais s'il n'y parvient seul, il peut se faire aider. »
Agnès Telley