



Vivre Son Deuil
Normandie

« Lorsque les mots ne viennent plus au bord des lèvres, ils s'en vont hurler au fond de l'âme. »

Christian Bobin



**Vous avez vécu un deuil, une perte.
Vous avez envie de partager votre vécu.**

Les bénévoles de Vivre son Deuil vous proposent de participer à

Un CAFÉ DEUIL

jeudi 03 avril de 17h30 à 18h45

**au bar-brasserie le Grand-Balcon, place de l'Hôtel de Ville
à Saint-Lô**

Le Café Deuil vous donne la possibilité
**d'expérimenter la parole sur votre (vos) deuil(s)
ou simplement d'être à l'écoute des autres ...**

Vous pouvez simplement venir pour **rencontrer les bénévoles de Vivre son
Deuil du Centre Manche.**

Entrée libre – Chacun paiera sa consommation.

Renseignements : 06 36 89 47 61

La personne endeuillée a la sensation que tout s'effondre autour d'elle... tout semble irréel.

Submergée par ses émotions sans savoir comment y faire face, comment les canaliser... elle se sent perdue. Perte du sommeil, de l'appétit, tendue, stressée... Faire face au quotidien est difficile. Elle ne se sent pas comprise.

Accompagner une personne en deuil dans son entourage, ne va pas toujours de soi ! Il est bien souvent difficile d'apporter une aide adaptée aux personnes concernées... lorsque le manque de l'être cher prend toute la place.

Le café deuil permet de se retrouver dans un lieu public, pour échapper un instant, le temps de se poser, d'oser parler ou d'écouter parler du deuil.

Qu'il s'agisse de la mort d'un proche ou de toute autre perte douloureuse, séparation, maladie, les situations de chômage, de déménagement, de mort d'un animal, de départ en retraite sont aussi des renoncements et des pertes qui renvoient au même cheminement intérieur que le vécu de la mort d'un proche.

Le café deuil, c'est le temps des témoignages personnels à « bâtons rompus ».