



## Comité Régional Troisième Âge Papineau

134, rue Principale Saint-André-Avellin Québec J0V 1W0

Téléphone : (819) 983-1565 Télécopieur : (819) 983-4455

Courriel : [cr3a1978@gmail.com](mailto:cr3a1978@gmail.com) Site Web : [www.cr3a.ca](http://www.cr3a.ca)

### **ATELIERS THÉRAPEUTIQUES OFFERTS GRATUITEMENT PAR LE CR3A**

**avec Manon Lafrenière, TRA, thérapeute en relation d'aide<sup>MD</sup> par l'ANDC<sup>MD</sup>,**

#### **Atelier 1 : Sédation palliative et aide médicale à mourir**

**Lundi, 17 octobre 2022 de 9h30 à 11h30**

Dans cet atelier, Manon Lafrenière expliquera la différence entre l'aide médicale à mourir et la sédation palliative. Il y aura des partages de groupe; qu'est-ce que ce sujet éveille comme sentiments, comment en parler, quelles sont les peurs entourant ce sujet, les besoins, les défenses possibles et comment arriver à l'acceptation des choix. Manon Lafrenière vous accompagnera tout au long de votre besoin de verbaliser vos émotions et vos pensées. Le proche aidant sera orienté vers un lien pour plus d'information sur la loi, les règles et les enjeux au sujet de l'aide médicale à mourir.

#### **Atelier 2 : Le deuil blanc**

**Lundi, 14 novembre de 9h30 à 11h30**

Le vécu et le parcours de ce type de deuil sont différents de ceux ressentis au décès de la personne. Qu'est-ce que le deuil blanc et comment vivre ce deuil? C'est par le biais d'exercices, de partages, de soutien de groupe que Manon Lafrenière vous accompagne dans le processus de l'acceptation des deuils pour arriver à l'apaisement et la sérénité. Cet atelier a comme objectif de permettre au proche aidant de nommer ses émotions et d'exprimer son chagrin en relation.

#### **Atelier 3 : L'accompagnement en fin de vie**

**Lundi, 28 novembre de 9h30 à 11h30**

L'objectif est d'exprimer son vécu, ses émotions et d'outiller les proches aidants dans l'accompagnement de fin de vie de la personne aimée sans se perdre et avec amour.

LIEU : CR3A (134, rue Principale, St-André-Avellin)

Inscription : 819-983-1565 (limite de 8 participants par atelier)

**Appui**  
proches aidants