

## Que faisons-nous?

Les groupes d'entraide réunissent une fois par mois 6 à 8 personnes pendant un an. Ces groupes sont l'occasion de parler de la personne décédée, de la souffrance que l'on éprouve à vivre sans elle, de prendre soin de soi.

## Qui sommes-nous?

Chaque groupe est encadré par des animateurs bénévoles et formés à l'écoute, ayant été, pour la plupart, touchés par la mort d'un proche.

## Où se déroulent nos rencontres?

Nous proposons des groupes d'entraide sur tout le territoire de la Province de Luxembourg (Nord, Centre et Sud).

La participation à ces groupes n'entraîne aucun frais.

En collaboration avec les Centres de guidance provinciaux et le service Coordination Deuil  
Suicide Luxembourg



Pour plus d'informations  
0498/81.08.49  
Julie Vande Lanotte  
Caroline Benoit

"A travers le deuil, la vie..." peut également guider les parents en deuil périnatal.

A travers le deuil..  
La vie...

Groupes d'entraide pour personnes en deuil

*Elle était âgée... mais qu'est-ce qu'elle me manque!*

*Qu'est-ce qu'il lui est passé par la tête? Je ne comprends pas...*

*Il est parti ce matin et il n'est jamais rentré...*



*Il était trop jeune pour partir, je suis révolté!*

*Tout le monde souffre autour de moi,  
j'ai besoin d'en parler, mais à qui?*

Que ce soit la perte d'un enfant, d'un conjoint, d'un parent, d'un proche...

Que les circonstances soient différentes (vieillesse, maladie, accident, suicide, etc.)

La souffrance qui accompagne le deuil n'est pas suffisamment reconnue dans notre société. Elle est parfois difficile à partager même avec l'entourage proche.

*A travers le deuil...*

*La vie...*

Chaque personne a sa façon de vivre son deuil.

Se donner le temps et la permission de vivre son deuil reste important pour se reconstruire.

Chacun est responsable de son propre cheminement de deuil.

Demander de l'aide peut être une démarche constructive.