



J.A.L.M.A.L.V. Haut Doubs
« Présence, Ecoute, Accompagnement »

6 Rue Barral - 25500 MORTEAU

☎ 03.81.67.17.13 e-mail : jalmalv.hautdoubs@orange.fr

Permanence :

Lundi et jeudi après-midi de 13h30 à 16h30

Sur le chemin du deuil : une rencontre / partage

*« A la suite de la mort d'une personne aimée, le deuil est une des plus grandes épreuves de la vie,
qui, un jour ou l'autre, atteint chacun de nous »*

*Notre souffrance nous appartient, elle est unique, mais nous pouvons la confier pour qu'elle soit
moins lourde à porter.*

L'association JALMALV vous propose une réunion d'information le :

Lundi 17 septembre 2018 de 17h30 à 19h30 à MORTEAU
6 Rue Barral à MORTEAU (derrière la mairie)

Dans votre entourage, si vous connaissez des personnes intéressées par cette rencontre,
n'hésitez pas à les inviter ou nous communiquer leur adresse pour le 15 août.

Vous pouvez vous inscrire en retournant le coupon ci-dessous à l'association JALMALV, ou par
téléphone au 03.81.67.17.13 ou par mail : jalmalv.hautdoubs@orange.fr

✂-----

Coupon à retourner à : JALMALV Haut Doubs - 6 Rue Barral - 25500 MORTEAU

Madame – Monsieur :

Adresse :

Tél. : adresse mail :

Participera – participeront à la rencontre du 17/09/18 à Morteau - Nombre de personnes :



Sur le chemin du deuil

A la suite de la mort d'une personne aimée, le deuil, est une des plus grandes épreuves de la vie, qui un jour ou l'autre atteint chacun de nous.

Vivre un deuil, c'est passer par bien des étapes.

**Personne ne peut se mettre à notre place
et dire
ce que nous ressentons.**

**Notre souffrance nous appartient, elle est unique,
mais nous pouvons la partager
pour qu'elle soit moins lourde à porter.**

Je m'entends dire :

- « Soit fort, arrête de pleurer. »
- « Change toi les idées. »
- « Ne te laisse pas aller. »
- « Tourne la page, c'est du passé. »
- « Il est mieux là où il est. »

Et pourtant...

- « Je suis triste. J'ai souvent envie de pleurer. »
- « Je tourne parfois en rond. »
- « J'ai l'impression que je ne m'en sortirai jamais. »
- « J'ai des pourquoi plein la tête. »
- « Je me sens seul(e) et démun(e) »
- « Je ressens parfois de la colère et de la culpabilité. »

*«Je suis resté sur le chemin avec ma vie entre les mains.
A ne plus savoir comment faire pour avancer vers la lumière. »*

Yves Duteil