

Démystifier la fin de vie : Un atout pour vieillir sereinement

Parler de la mort...

...Ça fait pas mourir!!



Mourir, ça s'apprend...

Aborder
la fin de vie...
avec sérénité!



S'informer...

**C'est la meilleure façon de vivre
jusqu'au bout...**

à sa façon...

plutôt que de se retrouver ...

**prisonnier des décisions
des autres.**

**Six ateliers
de réflexions
et d'échanges pour
vos résidents**



Pour information : Katherine Despins, Chargée de Projet

✉ developpement@mouvementalbatros.org

🌐 mouvementalbatros.org

☎ 819 375-8533

Ce projet est rendu possible grâce à
la participation financière de :

Québec



**Démystifier la fin de vie :
Un atout pour vieillir sereinement**

Les six ateliers

1 - La mort : De quoi avons-nous peur?

Explorer la peur de la mort pour apaiser l'angoisse et mieux apprécier la vie.

2 - Mourir en paix

Préparer sa fin de vie pour plus de sérénité et de clarté d'esprit.

3 - Mes droits

Connaître ses droits en soins de fin de vie pour faire respecter ses volontés.

4 - Mes choix

Planifier d'avance selon ses valeurs pour mourir dans la dignité.

5 - Parler de la mort

Oser discuter de la mort avec ses proches avec assurance et compassion.

6 - Devenir un ancêtre

Réflexion sur l'héritage laissé et intégration des apprentissages vécus.

