

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 :

 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.



Pour information :

 mouvementalbatros.org

 819 375-8533

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

Québec 