



**L'APPUI** POUR  
LES PROCHES  
AIDANTS  
LANAUDIÈRE

Aux Couleurs de la Vie Lanaudière offre accompagnement, information et formation aux proches aidants.

Prolongation du projet «*L'impact émotif ce grand oublié*» financé par L'APPUI Lanaudière

Comme **proche aidant**, il y a des situations dans la vie auxquelles nous ne pouvons échapper.

La maladie, les pertes, et la mort en font partie, entraînant avec elles leur lot de bouleversements, d'émotions, de souffrances et de questionnements.

- " Est-ce normal, ce que je vis?
- " Que se passe-t-il dans le deuil?
- " Comment vivre chacune des étapes si la personne que j'aide est vivante?

Le processus d'apprivoisement des pertes et des deuils permet de transformer la souffrance, de reconnaître et de nourrir nos besoins profonds et de retrouver le sens.

Notre projet vise à **repérer**, à débusquer les proches aidants de manière *précoce*, à **soutenir** une démarche de conscientisation de leur vécu émotif.

À **rejoindre** le proche aidant dans son milieu, plus près de son domicile et à répondre aux demandes de plus en plus nombreuses des milieux dédiés aux proches aidants.

**Comment :**

**En offrant des :**

- Conférences grand public pour que le proche aidant se reconnaisse
- Conférences interactives, comme déclencheur
- Formations, faites sur mesure, à partir des intérêts et des besoins identifiés par les proches aidants participants de ces groupes ou perçus par les intervenants des organismes
- Groupes de soutien psychoaffectif (ateliers de travail personnel) permettant aux proches aidants qui le désirent d'être accompagnés dans l'expression libératrice de leurs émotions à chacune des étapes vécues au quotidien.
- Cercles d'empathie permettant aux aidants de parler à cœur ouvert, d'être entendus sans jugement et avec bienveillance.
- Accompagnements individuels entre les rencontres de groupe