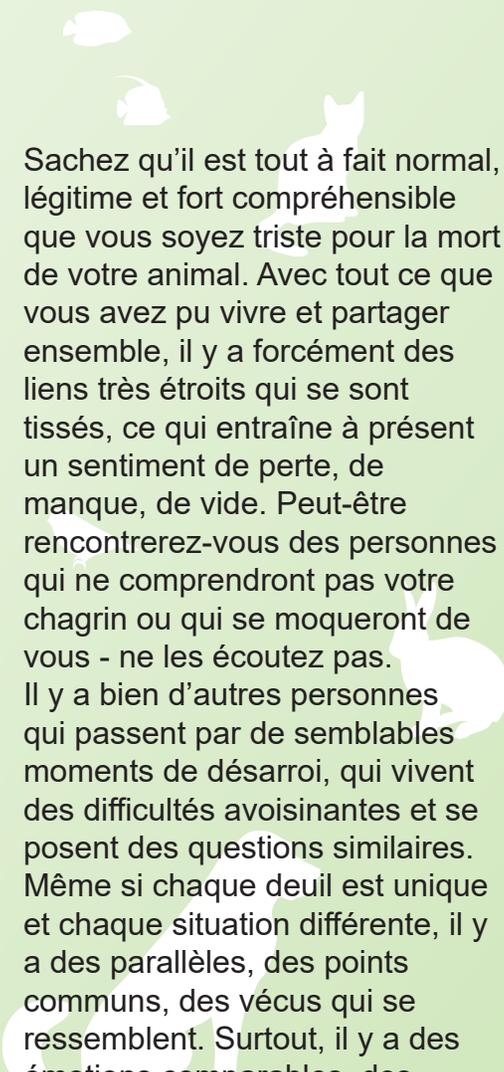


Mon animal est parti...



- S'il y a eu un animal dans votre vie auquel vous étiez très fortement attaché et dont la mort vous a particulièrement touché et attristé.
- Si vous avez de la peine à faire le deuil de cet animal.
- S'il y a des choses que vous auriez voulu faire, des mots que vous auriez voulu dire pour marquer sa disparition.
- Si vous avez des sentiments de culpabilité ou des regrets.
- Si vous ressentez un grand vide difficile à combler.
- Si vous avez des souvenirs de votre parcours commun, des moments partagés ensemble, dont vous aimeriez parler à d'autres personnes ou que vous aimeriez simplement revisiter pour vous-même.
- Si face à cette situation vous vous sentez seul et incompris par votre entourage
- Si vous ne vous êtes pas donné le temps ou le droit de vivre votre tristesse

Alors, la participation à un groupe d'entraide peut être un moyen efficace de prendre soin de vous et votre chagrin. Cinq rencontres sont prévues pour vous.



Sachez qu'il est tout à fait normal, légitime et fort compréhensible que vous soyez triste pour la mort de votre animal. Avec tout ce que vous avez pu vivre et partager ensemble, il y a forcément des liens très étroits qui se sont tissés, ce qui entraîne à présent un sentiment de perte, de manque, de vide. Peut-être rencontrerez-vous des personnes qui ne comprendront pas votre chagrin ou qui se moqueront de vous - ne les écoutez pas. Il y a bien d'autres personnes qui passent par de semblables moments de désarroi, qui vivent des difficultés avoisinantes et se posent des questions similaires. Même si chaque deuil est unique et chaque situation différente, il y a des parallèles, des points communs, des vécus qui se ressemblent. Surtout, il y a des émotions comparables, des choses à raconter, à partager et un hommage à rendre à ce qui a été.

Dr Marina von Allmen-Balmelli
vétérinaire



La lumière au bout du tunnel... pour ceux qui restent

819-770-4814, poste 101
Sans frais : 1-866-770-4814
Télécopieur : 819-770-8176

202 - 115 boul. Sacré-Coeur
Gatineau, Québec J8X 1C5

direction@entraide-deuil.qc.ca

entraide-deuil.qc.ca



Deuil animalier



**Entraide-Deuil
de l'Outaouais**