

## Calendrier (suite)

Toutes les rencontres ont lieu à :  
Maison des Familles - 119, Bd des États-Unis - La Roche-sur-Yon

- Parents ayant perdu un enfant
- Personnes ayant perdu leur conjoint
- Personnes touchées par le suicide
- Tout public

Vend. 8 avril  
à 20h30

GRATUIT

### Soirée témoignages sur le thème du suicide

**Descriptif :** La parole sera donnée à des personnes qui ont avancé sur le chemin de la traversée du deuil. Puis suivra un échange avec les participants.

Vend. 29 avril  
à 20h30

5€

### Conférence « S'ouvrir à une nouvelle relation après le deuil »

**Intervenant :**  
Michel Billé, sociologue, conférencier

**Descriptif :** Pourquoi est-il difficile d'envisager une nouvelle relation sur le plan affectif après avoir vécu le deuil de son conjoint ? Nos croyances, le regard des autres souvent nous y empêchent, ainsi que le sentiment de culpabilité. Se reconstruire et nouer une nouvelle relation est possible, sans pour autant effacer les souvenirs d'avant, mais aussi sans vouloir rechercher des similitudes avec l'être disparu.

D'avril  
à  
juin

GRATUIT

### Groupes d'échange et d'entraide

Ils se poursuivent jusqu'à la fin du semestre en fonction des dates fixées en lien avec les participants, sauf pour les personnes touchées par le suicide d'un proche (1er mardi de chaque mois)

### Inscription à nos actions :

Par mail à l'adresse suivante :  
[vivreabsence@famillesrurales85.org](mailto:vivreabsence@famillesrurales85.org)  
ou : <http://www.vivreabsence.fr> Rubrique « Nos prochaines rencontres »

Accueil et déroulement des rencontres dans le respect des protocoles sanitaires en vigueur.

## FAMILLES RURALES, QUI SOMMES-NOUS ?

Familles Rurales est un Mouvement associatif national qui agit en faveur des familles sur tout le territoire. Avec 160 000 familles adhérentes, 2 200 associations locales, 80 fédérations départementales, interdépartementales et régionales, 40 000 bénévoles et 17 000 salariés, c'est le premier Mouvement familial associatif de France. Pluraliste, indépendant et laïc, il porte un projet humaniste et social fondé sur la famille, les territoires et la vie associative.

## DES VALEURS PARTAGÉES

- Entraide et solidarité
- Initiative et responsabilité
- Participation et citoyenneté
- Convivialité et échange

## Des questions ?

Contactez la Fédération  
Départementale  
Familles Rurales de Vendée !

### Service

"Accompagnement des personnes en deuil"  
02 51 44 37 72 / 06 22 51 52 81  
[f.segretin@famillesrurales85.org](mailto:f.segretin@famillesrurales85.org)  
[j.ripaud@famillesrurales85.org](mailto:j.ripaud@famillesrurales85.org)  
[www.vivreabsence.fr](http://www.vivreabsence.fr)

Avec le concours de



FAMILLES RURALES  
Fédération départementale  
Maison des Familles  
119 bd des États-Unis - B.P. 40079  
85002 La Roche-sur-Yon Cedex  
02 51 44 37 60  
[contact@famillesrurales85.org](mailto:contact@famillesrurales85.org)  
[www.famillesrurales85.org](http://www.famillesrurales85.org)

Association loi 1901, reconnue d'intérêt général,  
agréée en qualité "entreprise solidaire" et habilitée par son action :

- Famille
- Jeunesse et éducation populaire
- Vie association
- Consommation
- Loisirs
- Formation
- Éducation
- Tourisme
- Santé

Membre de Familles Rurales, fédération nationale, reconnue d'utilité publique

## En Vendée

Depuis plus de 40 ans, Familles Rurales accompagne aussi en Vendée les familles dans les moments plus difficiles de l'existence : en soutenant plus particulièrement les personnes qui subissent le traumatisme de la mort de leur conjoint, d'un enfant, d'un proche (suite à une maladie ou à un décès brutal).

## OBJECTIF : LEUR PERMETTRE DE SE RECONSTRUIRE PROGRESSIVEMENT.

Nos principales missions :

- **Epauler**, à travers des actions individuelles ou collectives, les personnes éprouvées.
- **Organiser** des rencontres sur des thèmes touchant au deuil pour apporter aide et réconfort.
- **Sensibiliser** les pouvoirs publics aux attentes, demandes et droits des familles endeuillées.

La Fédération Familles Rurales de Vendée est également à l'origine de multiples initiatives en matière d'information, de sensibilisation, de formation, autour du deuil et de ses conséquences, auprès de la population, des élus et des pouvoirs publics.



ENTRAIDE  
ET SOLIDARITÉ

Se rencontrer, échanger, être solidaire

Vendée

## VIVRE L'ABSENCE



Surmonter la souffrance et s'autoriser à vivre  
après la mort d'un proche

[www.vivreabsence.fr](http://www.vivreabsence.fr)



## Nos propositions

### Service d'accueil et d'écoute

Vous avez la possibilité d'appeler ou d'être reçu sur rendez-vous dans nos locaux à la Roche-sur-Yon.

Un(e) "écoutant(e)" accueille votre souffrance. Si nécessaire, il peut vous orienter vers d'autres personnes/organismes en fonction de vos besoins.

Service ouvert lundi, mardi, jeudi et vendredi de 8h30 à 12h30

### Soirées conférences

Sur différents thèmes : relations au sein de la famille, éducation, vie affective...

Soirées animées par des professionnels (psychologues, thérapeutes, sociologues...)

### Groupes d'échange et d'entraide

Par petits groupes (maximum 8 personnes), ces rencontres sont animées par des bénévoles ayant eux-mêmes traversé l'épreuve du deuil. Ce sont des moments de partage de son propre vécu avec d'autres : ils permettent de se rendre compte que chacun peut trouver des ressources différentes pour vivre le deuil.

Sans engagement dans la durée et la fréquence

### Soirées témoignages

L'occasion est donnée à une ou deux personnes endeuillées de faire part de leur parcours de deuil, d'expliquer quels ont été leurs ressources, leurs doutes, leurs soutiens...

Des rencontres 1 à 2 fois par an qui ouvrent sur des perspectives et donnent de l'espoir

“ J'ai pu exprimer des choses que je n'avais jamais osé dire à mes proches. ”

“ J'ai vu que d'autres, comme moi, vivent durement la perte d'un être cher, mais chacun peut trouver des moyens pour y faire face. Les soirées d'échange et d'entraide sont un vrai réconfort. ”

“ Témoigner m'a permis de prendre conscience de tout le chemin parcouru et de transmettre à d'autres personnes endeuillées mon expérience : c'est possible de surmonter l'épreuve avec le temps et de l'aide extérieure. ”

### Groupe de soutien et d'entraide pour les personnes touchées par le suicide d'un proche

Il s'agit de rencontres spécifiques qui se déroulent à un rythme régulier sur plusieurs mois. L'ensemble des participants bénéficie collectivement d'un accompagnement approfondi.

Sur inscription, animé par un professionnel spécialisé

### Forum de discussion sur le site dédié au deuil [www.vivreabsence.fr](http://www.vivreabsence.fr)

Pouvoir s'exprimer et échanger via internet de manière anonyme

Forum régulé par un modérateur qui gère les messages postés

### Evènements comme un forum “Sur le chemin du deuil, prendre soin de soi...”

Découvrir une palette de ressources pour aller vers un mieux être sur les plans physique, émotionnel, intellectuel, artistique... En partenariat avec plusieurs associations, les participants peuvent s'initier à diverses thérapies : art-thérapie, sophrologie, yoga, marche...



#### Et d'autres actions :

Spectacles, ciné-échanges, ateliers d'expression

Une écoute et des échanges en toute confidentialité, sans jugement, dans le respect des personnes.

## Calendrier des actions de février à juin 2022

Toutes les rencontres ont lieu à :  
Maison des Familles - 119, Bd des États-Unis - La Roche-sur-Yon

◆ Parents ayant perdu un enfant  
◆ Personnes ayant perdu leur conjoint  
◆ Personnes touchées par le suicide  
◆ Tout public

Sam. 26 fév.  
à 10h00

Sam. 26 fév.  
à 13h30

GRATUIT

### Groupes d'échange et d'entraide

Animation : accueillants bénévoles de Familles Rurales Vendée

Descriptif : Il est proposé 2 groupes distincts suivant les situations :

- Deuil d'un enfant
- Deuil du conjoint

Les dates des rencontres sont fixées d'une fois à l'autre avec les participants présents et sont communiquées aux autres personnes par mail ainsi que sur notre site internet « [Vivre l'absence](http://www.vivreabsence.fr) » dans la rubrique « Nos prochaines rencontres ».

Mardi 1 mars  
à 20h30

GRATUIT

### Groupe d'échange et d'entraide (suicide d'un proche)

Animation : par des professionnels

Les rencontres ont lieu tous les premiers mardis de chaque mois à 20h30 (sauf en juillet et août)

Vend. 4 mars  
à 20h30

5€

### Conférence interactive « Vivre son deuil au jour le jour »

Intervenant : Laurence Moulineau, conférencière, psychologue du deuil

Descriptif : Perdre un être cher bouscule tous nos repères. La douleur insupportable semble interminable, est-ce que je vais m'en sortir ? Les émotions sont à fleur de peau. Même si l'entourage peut soutenir, accompagner, nous sommes seul(e) à devoir surmonter cette épreuve. L'intervenante partira de vos préoccupations, de vos questions pour mieux vous éclairer sur ce chemin de deuil à aborder le mieux possible et qui est propre à chacun.

Vend. 25 mars  
à 20h30

### Soirée témoignages : deuil d'un enfant

Descriptif : La parole sera donnée à des personnes qui ont avancé sur le chemin de la traversée du deuil. Puis suivra un échange avec les participants.

Vend. 25 mars  
à 20h30

GRATUIT

### Soirée témoignages : deuil du conjoint

Descriptif : La parole sera donnée à des personnes qui ont avancé sur le chemin de la traversée du deuil. Puis suivra un échange avec les participants.