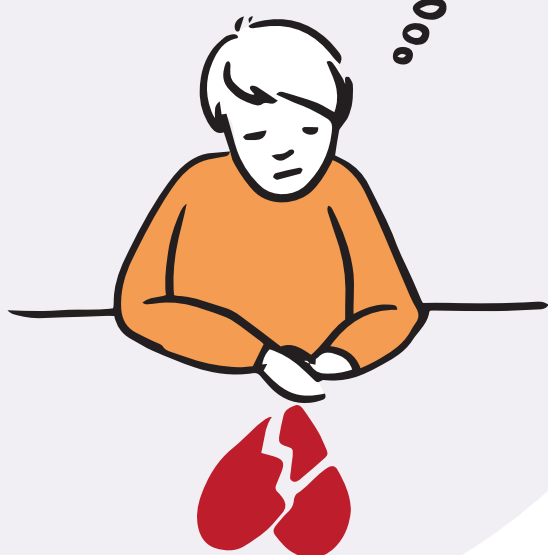


Parcours aidants en deuil

Prendre du temps pour
soi et aller de l'avant

Du 3 octobre au 14 novembre 2025



Prendre
le temps
de se
(re) connaître

Apprivoiser
ses émotions
liées à son deuil

Parler
du deuil
et de ses
émotions

Libérer
ses émotions
par le collage

Gérer son nouveau
quotidien après le
décès de son proche

Valoriser son
expérience
d'aidant

Faire le point
pour mieux
avancer

Arrivée

Départ Parcours Epaul'moi

À Colmar
pour 8 personnes
6 ateliers de 4 heures (de 13h30 à 17h30)
et une séance individuelle de 1h30
animés par des professionnelles :

conseillère en économie sociale familiale, coach en méditation,
art thérapeute, consultante en bilan de compétences, médiatrice familiale.

Témoignages
de participants



Renseignements et inscription
contact@epaulmoi.fr - 06 56 69 29 23
www.epaulmoi.fr