

## « Se reconstruire après le deuil »

---

*Saint-Jacut-les-Pins - 5 mai 2025*

La perte d'un proche ou d'un être cher constitue une des étapes les plus marquantes de la vie. Car il s'agit non seulement de la perte d'un être proche mais aussi du deuil d'une partie de soi-même. Le bouleversement est difficile à admettre, à gérer, à accepter, et suscite un sentiment d'incompréhension et d'impuissance.

En partenariat avec l'association Brain Up, la commune de Saint-Jacut-les-Pins et le CLIC Redon Agglomération vous propose de participer au programme « Se reconstruire après le deuil ». Animé par une psychologue, il vise à écouter, conseiller et orienter les personnes en difficultés psychologiques. Nous valoriserons l'échange et l'expression des situations personnelles de chacun. Nous reviendrons plus en détails sur le processus du deuil et les pistes pour initier une reconstruction pas à pas. A l'issue de ce parcours, nous proposerons une liste de relais locaux pour accompagner les volontaires.

Une première séance aura lieu le 5 mai 2025 de 16h30 à 18h30 à la salle du conseil de la Mairie. A la suite, 4 autres séances d'ateliers se dérouleront les lundis.

L'ensemble du programme est gratuit et le nombre de places est limité. Inscrivez-vous vite auprès de la Mairie par téléphone: 02 99 91 28 65 ou à l'adresse mail suivante : [alaisne@brainup.fr](mailto:alaisne@brainup.fr).

Ce programme est financé grâce au soutien de Pour Bien Vieillir Bretagne et la conférence des financeurs 56.