



# LA BULLE D'ÉCOUTE

**Le Service Laïque d'aide aux Personnes du Brabant wallon propose un soutien aux personnes endeuillées**

Le deuil est un processus naturel qui peut quelque fois perdurer et entraîner mal de vivre, maladie, dépression...

Chaque deuil est singulier. Les expériences intimes, le type de relations avec le/la défunt.e, l'âge de la personne endeuillée, les circonstances de la vie, la situation personnelle... Tout cela fait qu'une perte touche chacun de façon différente et est vécue de manière unique.

Si chaque vécu est particulier, il n'empêche que l'on peut mettre en évidence diverses réactions communes à tous les processus de deuil, chacune s'exprimant avec plus ou moins d'intensité selon les personnalités : chagrin, dépression, anxiété, peur, culpabilité, colère, agressivité, sentiment important de solitude, fatigue, troubles de l'appétit, du sommeil, de la mémoire...

**La bulle d'écoute est là pour accueillir votre souffrance, vous aider à l'exprimer et à l'accepter**



## **POURQUOI SE FAIRE AIDER ?**

- > Pour éviter la détresse morale, aider à restaurer un lien social et rester debout.
- > Pour acquérir un sentiment de mieux-être

# LA BULLE D'ÉCOUTE

Écouter  
Accompagner  
Informier

## INFORMATIONS PRATIQUES

Les volontaires laïques du SLPBW, formés au deuil, offrent un accompagnement ponctuel individuel. Ils et elles pratiquent l'écoute active et ne se substituent pas aux thérapeutes.

Au travers d'échanges bienveillants, vous pourrez parler de la mort, exprimer vos émotions à votre rythme, en toute confiance.

Vous serez accueillis dans un climat serein, propice aux échanges et au soutien moral.



[secretariat@slpbw.be](mailto:secretariat@slpbw.be)



[www.slpbw.be](http://www.slpbw.be)



Pour organiser votre bulle d'écoute, appelez-nous au 010 43 70 36

**Ces bulles dédiées peuvent être réalisées :**

- > A votre domicile
- > Dans nos locaux, rue Lambert Fortune 33 à 1300 Wavre
- > Dans l'une des Maisons de la Laïcité du Brabant wallon\*

**Le service est gratuit et la confidentialité garantie.**

\* Hamme-Mille, Ottignies-LLN, Genappe, Braine l'Alleud et Nivelles