



STRATÉGIE
FIN
DE
VIE



Anticiper pour Apaiser

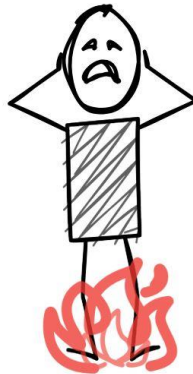
« À vous les aidants : pourquoi il est essentiel de ne pas rester seuls »

Vous, qui accompagnez chaque jour un proche dans une période de fragilité, **vous êtes des piliers irremplaçables**. Votre rôle, bien qu'invisible aux yeux de beaucoup, est essentiel. Mais ce dévouement peut peser lourd, entre fatigue, stress et solitude. Je suis là pour vous aider modestement, en vous proposant un soutien adapté, bienveillant et sans jugement.

Votre rôle est au cœur de tout

Sans vous, bien des besoins resteraient insatisfaits. Vous êtes souvent l'intermédiaire entre les soignants, la famille et la personne que vous accompagnez. Vous offrez bien plus qu'un soutien pratique : vous êtes un repère, une source de réconfort, le garant de leur qualité de vie. Mais **ce dévouement constant est exigeant**.

Combien de fois avez-vous ressenti de la fatigue, du stress ou même un sentiment de solitude face à vos responsabilités ? **Si ces défis sont familiers, sachez qu'ils ne sont pas une fatalité.**



Vous n'avez pas à tout porter seul

Demander de l'aide ne signifie pas être dépassé. Au contraire, c'est une façon de mieux gérer votre rôle, d'apprendre à préserver votre énergie et de continuer à **être là pour votre proche sans vous oublier**. Un aidant soutenu est un aidant plus serein et résilient.

Je comprends vos défis l'ayant vécu moi-même et je « bénévole » chaque jour avec des personnes comme vous.

Mon objectif est de vous offrir gratuitement des outils concrets, un espace d'écoute et des stratégies sur mesure pour alléger votre charge.

Et si nous en parlions ?

Aider un aidant, c'est aussi aider la personne qu'il accompagne. C'est pourquoi j'ai choisi de proposer modestement un coaching bénévole en stratégie de fin de vie, pour vous épauler dans votre mission, avec bienveillance et sans jugement. Ensemble, et sans engagement de votre part, **nous pouvons trouver des solutions adaptées à votre situation.**

Vous êtes au cœur de tout, mais vous n'êtes pas seul. Je suis là pour vous accompagner.

Quand vous serez prêts, faisons un pas ensemble.

Au plaisir de vous accompagner

Bien cordialement

Gérard PIARD le 15 novembre 2024

