



ATELIERS SANTÉ



# La vie, la mort : on en parle ?

**GRATUIT**  
SUR INSCRIPTION  
**05 31 48 11 55**  
Du lundi au vendredi  
de 9h à 19h



Cette action vous est proposée dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie.

C'est autour d'une volonté de mutualiser les forces pour préserver l'autonomie des plus de 60 ans, que la CNSA a souhaité fédérer un ensemble d'acteurs, dont la Mutualité Française Occitanie, dans le cadre d'une conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie.

Pilotés par le Conseil départemental, en lien avec l'Agence Régionale de Santé, ces acteurs s'engagent à agir pour sensibiliser les seniors aux clés du « bien vieillir » et apporter des réponses de proximité.

Union régie par le code de la Mutualité - N° SIREN - 438 320 632 - Communication MFO 2024 - Crédit photo : Adobe Stock, généré à l'aide de l'IA.

**Action menée avec le soutien de la**  **caixa nationale de solidarité pour l'autonomie**



**DU 5 NOVEMBRE  
AU 5 DÉCEMBRE**  
Matinée ou après-midi

**FOIX**  
**LA BASTIDE-DE-SÉROU**  
**LE FOSSAT**  
**PRAYOLS**

Lieu précis communiqué lors de l'inscription

**Partenaires :**



« Vivre, c'est vieillir, rien de plus »...  
À l'image de Simone de Beauvoir, nous  
vieillissons tous et de nombreuses  
questions se posent sur la fin de vie.

La préparation de sa propre mort est une  
épreuve, mais il est important pour soi et pour  
ses proches, de se préparer tôt : démarches  
administratives, médicales, juridiques... afin de  
vivre mieux !

La Mutualité Française Occitanie, dans le cadre de la  
conférence des financeurs, souhaite accompagner les  
participants dans ce parcours de vie. Avec les ateliers  
« La vie, la mort, on en parle ? », une fois l'esprit  
libéré de certaines démarches, chacun trouvera une  
aide pour réfléchir sur la condition humaine et sur  
l'importance de profiter de la vie.

## Programme

### Atelier 1

#### Présentation des ateliers

Cette première séance, animée par une psychologue,  
permettra de libérer la parole sur la mort en montrant  
comment certaines réflexions philosophiques ou encore  
sociologiques sur celle-ci ont modifié nos vies !

### Atelier 2

#### Organiser l'après pour ses proches

Un juriste présentera les dispositifs existants afin  
d'anticiper les démarches. Qu'est-il possible de faire ?  
Quels sont les coûts liés à ces démarches ? Quels sont  
les interlocuteurs pour les effectuer ?

### Atelier 3

#### Épreuve de la perte

Le deuil est un processus plus ou moins long en fonction  
de chacun, caractérisé par des étapes qui peuvent se  
manifester de manière plus ou moins marquée. Une  
psychologue s'attachera à expliquer les 7 étapes du  
deuil et les comportements observés. Elle montrera  
comment la projection dans la vie permet de continuer  
à avancer.

### Atelier 4

#### Formalités administratives et cérémonies

Un juriste viendra vous donner les premiers repères  
afin de mieux connaître les démarches administratives  
à mettre en œuvre.

### Atelier 5

#### La vie devant soi

Une art thérapeute vous proposera de créer un carnet  
de cheminement personnel afin d'exprimer vos émotions,  
votre parcours de vie mais aussi vos futurs projets.

## Agenda

Tous les mardis du  
**5 novembre au 3 décembre**

**FOIX**  
DE 9H30 À 11H30

**LA BASTIDE-DE-SÉROU**  
DE 13H45 À 15H45

Tous les jeudis du  
**7 novembre au 5 décembre**

**LE FOSSAT**  
DE 9H30 À 11H30

**PRAYOLS**  
DE 13H45 À 15H45

**DOCUMENTATION  
offerte**

**GRATUIT  
SUR INSCRIPTION\***  
**05 31 48 11 55**

Du lundi au vendredi  
de 9h à 19h

**LIEU  
précis  
communiqué  
lors de  
l'inscription**

*\*Pour vous et vos proches,  
dans la limite des places disponibles.*