

À PROPOS DE NOUS

Nous sommes présents à Ottawa depuis 1978, alors que deux mères se réunissaient pour partager leur expérience à la suite du décès de leur enfant.

Aujourd'hui, nos facilitateurs spécialisés animent chaque année près de 120 groupes de soutien auxquels prennent part plus de 2000 participants. Nous aidons et soutenons les membres de notre communauté qui doivent faire face à un deuil, quel qu'il soit.

Chaque mois, notre organisme évolue au fur et à mesure que les gens sollicitent notre soutien et qu'un nombre croissant de personnes prennent part à nos événements commémoratifs.

ÉVÉNEMENTS COMMÉMORATIFS

Les Familles endeuillées de l'Ontario (BFO) de la région d'Ottawa organisent deux événements commémoratifs chaque année. Au printemps de chaque année, des papillons sont libérés au cimetière national Beechwood. Également, la cérémonie à la chandelle l'Arbre de vie (The Tree of Life) a lieu avant le temps des Fêtes, alors que de nombreuses personnes ressentent davantage la perte d'un être cher.

*« Le deuil se vit en deux étapes.
La première est de réaliser sa perte.
La deuxième est de rebâtir sa vie. »*
- Anne Roiphe

ATELIERS DE FORMATION

Nous voulons partager notre expérience sur la façon d'aider et d'inspirer les autres. Nous offrons divers ateliers de formation tout au long de l'année, et les gens et les organismes qui aimeraient en apprendre davantage sur le deuil seront intéressés d'y participer.

DEVENIR BÉNÉVOLE

Veillez remplir le formulaire d'offre de services bénévoles en cliquant ici (en anglais seulement) : www.bfo-ottawa.org/ways-to-help/volunteer-application/

FAIRE UN DON

BFO Ottawa dépend du soutien financier de particuliers et d'organismes au sein de notre communauté. Si vous souhaitez faire un don afin de nous aider à susciter l'espoir et favoriser la guérison des personnes endeuillées :

- visitez CanadaHelps.org
- postez un chèque à l'ordre de BFO Ottawa, 303-211, avenue Bronson Ottawa, ON K1R 6H5



Nous sommes reconnaissants pour tous les dons, petits ou grands !

Nous remettons des reçus à des fins fiscales pour chaque don reçu. Notre numéro d'enregistrement d'organisme de bienfaisance est 85343 2730 RR0001.



POUR TOUT RENSEIGNEMENT

Pour en apprendre davantage à propos de BFO Ottawa :

-  bfo-ottawa.org
-  [@bfo.ottawa](https://www.facebook.com/bfo.ottawa)
-  office@bfo-ottawa.org
-  613-567-4278



Susciter l'espoir et
favoriser la guérison
des gens en deuil

Demandez de l'aide |
Devenez bénévole | Donnez



*Les Familles endeuillées de l'Ontario –
région d'Ottawa*

CE EN QUOI NOUS CROYONS

À BFO Ottawa, nous croyons que personne ne devrait vivre un deuil seul. Nous sommes là pour susciter l'espoir et favoriser la guérison des membres de notre communauté qui sont en deuil. Nous avons le courage, les connaissances et l'expérience pour partager et explorer le deuil, et pour susciter l'espoir en l'avenir.

Nous percevons le deuil comme une réaction naturelle au décès d'un être que nous aimons profondément. C'est justement parce que nous aimons que nous avons du chagrin. Nous savons que la plupart des gens vivront un deuil au cours de leur vie.



CE QUE NOUS OFFRONS

BFO Ottawa offre du soutien et des ressources éducatives afin de favoriser la guérison. Nos animateurs spécialement formés ont vécu, eux aussi, la perte d'un être cher.

Nos programmes et services comprennent des marches hebdomadaires en groupe, des groupes encadrés de soutien, des événements commémoratifs et des ateliers de formation.

Grâce à notre programme de soutien par des pairs, les participants partagent leur vécu et se soutiennent mutuellement en échangeant sur leur deuil.

Il est suggéré de faire un don pour chaque programme. Tous sont bienvenus.

GROUPES DE SOUTIEN SUR LE DEUIL

Le soutien par des pairs permet d'alléger l'isolement que bien des gens ressentent. Cela crée de nouvelles amitiés, car les participants s'entraident lors de moments difficiles, de même qu'au cours des différentes étapes du deuil.

Marches hebdomadaires de soutien et de partage

Les personnes endeuillées viennent simplement marcher ensemble dans un cadre informel. Les marcheurs font de l'exercice et profitent de l'air pur en empruntant le sentier à l'arrière des édifices du parlement. Ils peuvent soit avoir une conversation à deux ou en petits groupes, ou simplement rester silencieux.

Les marches ont lieu chaque mercredi entre 11 h 55 et 13 h 15. Elles commencent dans le foyer du Centre Bronson au 211, avenue Bronson, Ottawa.

Soutien hebdomadaire et jours de partage

Les gens qui ont un besoin immédiat de tisser des liens avec les autres auront avantage à se joindre à nos groupes hebdomadaires de soutien par des pairs.

Aucune inscription nécessaire. Le soutien hebdomadaire et les jours de partage ont lieu chaque jeudi, de midi à 13 h 30, au 211, avenue Bronson, Ottawa, salle 303.



Soutien mensuel et soirées de partage

Les personnes seules et les familles peuvent venir entendre nos conférenciers invités afin d'en apprendre davantage sur ce à quoi ils peuvent s'attendre quant à leur deuil, et elles peuvent se joindre à l'un de nos différents groupes de soutien aux endeuillés : pour les jeunes (de niveau secondaire), pour un décès périnatal, la perte d'un enfant, d'un conjoint, d'un parent, d'un frère ou d'une sœur, d'un membre de la famille ou d'un ami, ou pour un décès dû à la toxicomanie, à un suicide ou à la suite de l'aide médicale à mourir.

Aucune inscription nécessaire. Le soutien mensuel et les soirées de partage ont lieu le premier mardi du mois, de 19 h à 21 h au Revera Prince of Wales Manor, 22, chemin Barnstone, Nepean, ON. Les portes ouvrent à 18 h 30.

Groupes fermés

Ce programme structuré unique offre au même groupe de participants d'âge adulte, la possibilité d'explorer leur deuil en profondeur. Ce programme se concentre sur divers sujets chaque semaine, alors que des animateurs guident les participants pour qu'ils approfondissent ensemble leurs réactions face au deuil.

L'adhésion est limitée à 12 participants par groupe et le programme s'échelonne sur une période de 8 à 10 semaines. Inscription nécessaire.

Groupes familiaux

Le but de ce programme structuré est d'aider les parents, les enfants et les jeunes à en apprendre davantage sur le deuil et sur les façons d'exprimer leurs sentiments face aux autres. Les enfants et les jeunes expriment et explorent leurs sentiments grâce à l'art et à la musique. Dans des groupes séparés, les parents explorent différents sujets chaque semaine et discutent de la façon dont ils peuvent aider leurs enfants, alors que la famille traverse leur deuil ensemble.

Inscription nécessaire.