

*conférences et ateliers interactifs*  
pour proches aidants/parents/familles



avec Natalia Théoret

Formatrice depuis 2009

Spécialisée en proche aide depuis 2021

Révisé en octobre 2025  
[www.nataliatheoret.com](http://www.nataliatheoret.com)

# Conférences et ateliers interactifs avec Natalia Théoret

**2 formules : Conférence d'une heure OU atelier interactif de 3 heures  
En zoom OU présentiel**

→ **Formule interactive.** Les participants interviennent et repartent avec un cahier.  
**Tarifs sur demande**

Proches aidants et familles

## **1. Accompagner une personne avec une demande d'Aide Médicale à Mourir.**

Il s'agit d'un sujet délicat.

J'ai monté cette conférence à partir du parcours de ma tante Jeanne et de son fils. À partir de leur histoire, je donne les informations que notre famille aurait aimé avoir pour encore mieux accompagner Jeanne.

**Clientèle visée:** Proches d'une personne ayant fait une demande d'AMM.

- Accompagnement de tous les aspects de l'AMM.
- Complémentaire aux conférences sur l'aspect légal et médical offertes par des avocats et médecins.

Post-aidance

## **2. Se reconstruire après la proche aidance.**

Pour les proches aidants qui ont du mal à reconstruire leur vie autrement après le décès de la personne aidée.

- Les deuils suite à la fin d'un épisode de proche aidance
- Gestion de tous les aspects de cette période importante.
- Création d'une vision porteuse d'espoir.

Ressourcement pour proches aidants et familles

## **3. Se libérer de la culpabilité !**

Conférence d'une heure ou atelier de 3 heures. - En Zoom ou présentiel

Les proches aidants ont parfois tendance à penser qu'ils n'en font pas assez, à se blâmer et à viser la perfection.

Voilà un atelier qui permet de discuter du jugement en contexte de proche aidance.

Au programme:

- Se libérer du jugement de soi et du jugement des autres;
- Gérer les attentes de chacun à partir du «contrat» moral.
- La vision de la proche aidance qui varie d'une personne à l'autre et qui peut amener incompréhension, jugement et culpabilité.

Ressourcement pour proches aidants et familles

## **4. Nourrir la joie et la résilience !**

Voilà une thématique indispensable pour soutenir les proches qui vivent un deuil.

- Découverte des impacts de la joie au quotidien.
- Notions de base sur la résilience et son impact sur les individus.
- Outils pour «rebondir» en situation de deuil.

# Conférences et ateliers interactifs en proche aidance

pour organismes, CAB et groupes de soutien.

avec **Natalia Théoret**

## Ma mission, soutenir celles et ceux qui soutiennent.

**Mon approche** est originale et puise dans 17 années de formations et d'expériences professionnelles.: PNL, gérontologie, créativité, technique de validation, archétypes.

### Expériences professionnelles

- **Formatrice** auprès des proches aidants - depuis 2021
- **Formatrice** Mieux-être en entreprise - Caisses populaires acadiennes - 2012 à 2017
- **Formatrice** dans les centres pour femmes depuis 2009
- **Intervenante sociale** | Des Outils pour les aidant.e.s - Montréal - 2023-2025
- **Intervenante sociale** | Maison Gilles-Carle, 2021-2023
- **Coach certifiée en PNL et formatrice** - de 2009 à ce jour
- **Co-auteure du livre Les Alliés Morgane**, la force d'être deux. 2007
- **Conseillère en développement culturel** | CLD de Brome Missisquoi, 1999-2008

### Études

- **Intervention en gérontologie** - En cours - Études de 2e cycle | Université Sherbrooke, Depuis 2021
- **Montessori-Alzheimer** | 2021
- **Soutien des endeuillés et des personnes en fin de vie** - Formation, Maison Au Diapason, 2017
- **Post Maître en PNL** | CQPNL, 2006-2009
- BAC et scolarité de maîtrise en histoire de l'art | UQAM 1993-1998
- Certificat en publicité / relations publiques | Université de Montréal, 1991-1992
- DEC en lettres et communications | Collège Jean-de-Brébeuf - 1988

*Natalia Théoret*

Formatrice depuis 2009

Au plaisir de vous parler,

514 268-3109

[natalia@nataliatheoret.com](mailto:natalia@nataliatheoret.com)

[www.nataliatheoret.com](http://www.nataliatheoret.com)

# Références

L'Association des proches aidants de Trois-Rivières tient à vous dire un grand merci pour la conférence du 30 mai dernier sur l'aspect humain entourant l'aide médicale à mourir. Les commentaires ont été unanimes, tous ont grandement apprécié ; Très approprié, tellement intéressant, très heureuse d'avoir eu le privilège d'être présente à cette conférence, un grand bravo. J'ai été vraiment ravie de la portée et de la pertinence de vos exemples, exercices et conseils. Au vu de la qualité de votre prestation, nous vous recommandons chaleureusement.

**MICHELLE DAVIAULT, Coordonnatrice, ASSOCIATION DES PROCHES AIDANTS DE TROIS-RIVIÈRES**

Chère Natalia, Je tiens à exprimer ma plus sincère gratitude pour la conférence incroyable que tu as présentée récemment à notre clientèle de post-proches aidantes.

Non seulement ta présentation était instructive, mais elle était également très engageante et inspirante. Les retours que nous avons reçus de la part des participants étaient extrêmement positifs. En tant qu'organisatrice de l'événement, je suis vraiment reconnaissante d'avoir eu l'opportunité de collaborer avec toi. Encore une fois, un grand merci pour ta contribution exceptionnelle.

**MARYSE VACHON, intervenante en post-aidance, LES AIDANTS DU HAUT ST-LAURENT**

J'ai été émue de découvrir une conférencière sensible au vécu de ses participants. Nous sommes dans l'expérientiel plutôt que le didactique et elle fait appel à tout notre être. Nous en sortons tous grandis. Je souhaite à tous de vivre une si belle expérience. Merci Natalia.

**Marie Corbeil, PARKINSON MONTRÉAL-LAVAL**

Natalia a offert deux ateliers via Zoom sur la proche aidance à nos membres. Toutes les personnes présentes ont grandement apprécié le contenu et sont reparties avec des outils concrets, de l'espoir, ainsi qu'une meilleure compréhension de leur situation. Nous nous sommes sentis écoutés et compris grâce à sa sagesse et à sa bienveillance. Je recommande fortement ses services. Merci encore, Natalia!

**Noémie Gagné, SCLÉROSE EN PLAQUE CANADA - SAGUENAY**

Natalia a su créer un environnement chaleureux et dynamique, où l'interaction avec les participantes a été fluide et inspirante. Son énergie positive et sa bienveillance ont marqué cette conférence, faisant de ce moment un véritable succès. Je recommande vivement ses services à toute organisation souhaitant offrir à ses équipes ou à ses clients une expérience bienveillante.

**Naima Ben Si Saïd, Conseillère pour les proches aidants, SOCIÉTÉ ALZHEIMER DE MONTRÉAL**

Natalia est dotée d'un dynamisme et d'une superbe bonté humaine. Merci Natalia ! L'atelier Nourrir sa joie en période de chaos a été extraordinaire pour nos membres. Nous avons ri, pleuré et sommes passés par toute une gamme d'émotions, mais que du positif en est ressorti.

**Jennyfer Brochu, Intervenante, RÉSEAU DES AIDANTS NATURELS D'AUTRAY**

Natalia a donné plusieurs ateliers via Zoom pour notre organisme. C'est une personne de cœur, généreuse de son temps.. À son contact, les proches aidants se sentent à l'aise et ressentent qu'ils peuvent exprimer leurs émotions. Ils en ressortent avec plus de calme, de confiance et d'espoir en l'avenir et en la vie. Nous la recommandons sans hésitation.

**Josée Larouche, Intervenante, PROCHES AIDANTS D'AINÉS, CHIBOUGAMAU**