

# 9 CONSEILS POUR CÉLÉBRER LES OCCASIONS SPÉCIALES PENDANT UN DÉPLOIEMENT

Célébrer des occasions spéciales pendant que votre proche est déployé peut être difficile, mais voici quelques conseils pour aider à rendre ces moments mémorables et significatifs :



**Planifier à l'avance :** Commencez à planifier l'occasion spéciale à l'avance. Il s'agit notamment de décider de la manière dont vous fêterez l'événement, des activités que vous ferez et des cadeaux ou surprises que vous souhaitez préparer.



**Communiquer :** Maintenez une communication ouverte avec votre proche concernant l'occasion à venir. Discutez de ses préférences, de sa disponibilité pour la communication et de la manière dont il ou elle aimerait être impliqué(e)s dans la célébration.



**Les inclure virtuellement :** Impliquez, si possible, votre proche dans la célébration via des appels vidéo ou des applications de messagerie. Planifiez un moment pour qu'il ou elle puisse participer virtuellement aux festivités, que ce soit pour ouvrir des cadeaux, chanter Joyeux anniversaire ou partager un repas ensemble.



**Envoyer des colis :** Préparez un colis spécial rempli d'objets qui rappellent le chez-soi et l'occasion que vous célébrez. Incluez des notes personnalisées, des friandises, des photos et des petits cadeaux.



**Créer des traditions :** Établissez des traditions que vous pouvez continuer même lorsque votre proche est déployé. Que ce soit un repas spécial, une activité particulière ou une manière spécifique de célébrer, les traditions peuvent aider à maintenir un sentiment de connexion et de continuité.



**Inclure la famille et les ami(e)s :** Célébrez avec d'autres membres de la famille, des ami(e)s ou d'autres familles militaires qui comprennent ce que vous traversez. Leur soutien et leur présence peuvent rendre l'occasion plus agréable et mémorable.



**Se concentrer sur du temps de qualité :** Profitez au maximum du temps passé ensemble, que ce soit en personne ou virtuellement. Concentrez-vous sur la création d'expériences et de souvenirs significatifs plutôt qu'uniquement sur des cadeaux matériels ou des célébrations extravagantes.



**Documenter la célébration :** Prenez des photos ou enregistrez des vidéos pendant la célébration à partager avec votre proche par la suite. Cela lui permet de se sentir inclus(e) et connecté(e), même si il ou elle ne peut pas être là en personne.



**Rester flexible :** Comprenez que les plans peuvent avoir besoin de changer en raison de circonstances imprévues ou d'engagements de dernière minute. Restez flexible et adaptable et rappelez-vous que l'essentiel est de montrer de l'amour et du soutien, peu importe comment vous célébrez.