

Le malade, la maladie et les proches PDF - Télécharger, Lire



TÉLÉCHARGER

LIRE

ENGLISH VERSION

DOWNLOAD

READ

Description

Les malades et leur entourage se sentent souvent seuls, désarmés ou incompris pour affronter l'épreuve de la maladie ou du handicap. Comment faire face moralement à la maladie qui nous frappe ? à l'attente des résultats d'examen qui précèdent le diagnostic ? Quelle attitude adopter vis-à-vis des médecins ? Et comment se comporter avec ses proches : faut-il les ménager et taire sa douleur ? faut-il au contraire en parler, au risque de renforcer leur propre souffrance ? Ce livre s'adresse également aux parents d'un patient, à qui les mots manquent bien souvent. A-t-on le droit de se plaindre ? Comment exprimer sa souffrance ? Est-il normal de vouloir à la fois se rapprocher et s'éloigner pour se préserver ? En un mot, comment - dans une société qui vénère la jeunesse et la santé - communiquer, se reconstruire et continuer à vivre ensemble avec cette intruse qu'est la maladie ?

Conçu pour donner un accès facile à toutes vos questions, ce livre apporte une multitude d'éclairages, résolument tournés vers la vie.

Un enfant, un parent, un ami proche qui tombe, gravement, malade, cela touche tout l'entourage. Qui bascule à son tour dans l'univers de la maladie. Comment.

Des associations réunissant des personnes confrontées à la même maladie . un site interactif Aides Alzheimer pour les personnes malades et leurs proches.

6 avr. 2016 . Résumé. Dans le contexte particulier des maladies chroniques, dont la forme la plus .. et cognitives du proche malade augmentent, les loisirs.

Bien au contraire, les proches du malade ont le pouvoir de limiter certains effets de la maladie en apportant à la personne le meilleur soutien possible.

La maladie est une période difficile à vivre pour le malade et son entourage: Nathalie .

Accompagner un malade est toujours une épreuve pour les proches.

Ce discours s'adresse à des proches connaissances de la personne malade. Il est écrit par l'un de ses parents. Il vise à informer de la maladie et de ses.

Dans l'épreuve de la maladie vous avez besoin du soutien de votre entourage. Découvrez 5 points essentiels pour être mieux compris par vos proches. . de personnes dans ma famille et mes proches sont au courant que je suis malade.

En savoir plus sur l'impact de la maladie sur les proches et aidants de personnes malades et dépendantes.

9 mars 2017 . Maladie d'Alzheimer: Comment aider les aidants à concilier vie active et . Car ces proches de malades ont souvent besoin d'un travail pour.

Lors d'une maladie longue, tout est centré sur le malade, mais les proches bien-portants ont besoin d'aide eux aussi. C'est pourquoi dans ce livre sur.

La maladie de Parkinson est une des causes majeures du handicap chez les . En tant que proche du malade, il vous faut impérativement être informé sur la.

29 août 2012 . Annoncer sa maladie à ses proches n'est pas simple. On peut avoir peur de gâcher l'ambiance d'un jour de fête alors que la famille entière est.

Commission nationale chargée de l'élaboration de propositions pour un plan national concernant la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées;.

Le malade, la maladie et les proches de Moley-Massol, Isabelle et un grand choix de livres semblables d'occasion, rares et de collection disponibles maintenant.

22 févr. 2017 . Cancer d'un proche : les phrases à éviter Voici quelques phrases à éviter . bons mots pour reconforter une personne confrontée à la maladie.

16 oct. 2015 . De doux moments à partager : Etonnement, si la maladie est éprouvante pour la femme malade et ses proches, elle leur offre également.

Accueil>Notre rôle d'aidant>L'entourage du malade . Décrit par ses proches, "agressé" et constamment remis en cause par la maladie, l'entourage perd progressivement cette . Comment la maladie de l'entourage peut-elle advenir ?

28 mai 2013 . Accompagner un malade en fin de vie est donc toujours une épreuve pour .

Parfois certaines maladies des aidants émergent ou s'aggravent.

Notre association a pour but d'aider également les proches des malades afin qu'ils puissent assumer avec plus de sérénité les différentes phases de la maladie.

Mieux comprendre la maladie d'Alzheimer au travers les témoignages de malades et de proches aidants. 12 novembre 2015 Aidants, Aide à domicile,.

Accompagner un proche dans la maladie. Accompagner son compagnon / sa compagne malade est aussi un voyage au cœur de l'intime. En état de stress.

Le malade, la maladie et les proches, Isabelle Moley-Massol, Archipel Eds De L'. Des milliers de livres avec la livraison chez vous en 1 jour ou en magasin avec.

coauteur du livre Vivre avec un proche gravement malade, paru aux éditions .. La maladie ou la vieillesse ne justifie pas que l'on doive tout accepter, soutient-.

Les malades et leur entourage se sentent souvent seuls, désarmés ou incompris pour affronter l'épreuve de la maladie. Comment résister moralement face à la.

à ce que la famille, les proches de la personne malade ou la personne de . grave, tu vas guérir”) : ne niez pas la gravité de la maladie, n'infantilisez.

C'est en effet au malade et à lui seul, de décider si l'annonce doit être faite à lui seul ou en présence de la personne de son choix (conjoint, enfant ou proche).

Un livre qui s'adresse au patient et à ses proches visant à explorer ce qu'ils vivent ou ressentent à travers la maladie dans une démarche d'accompagnement.

Lorsque la maladie frappe un proche, nous sommes spontanément portés à aider le malade à surmonter douleurs, angoisses, problème d'images de soi,.

1 sept. 2011 . Il existe des maladies où la souffrance des proches dépasse parfois celle . Les parents se demandent si leur enfant est devenu malade parce.

Tout le monde peut être appelé un jour ou l'autre à prendre soin d'un proche malade. Quoi dire? Comment offrir son aide? Comment réagir à sa colère?

Qu'est-ce qu'une démence? q La maladie d'Alzheimer q La démence .. avec le malade et son proche soignant permet au médecin de déceler et de traiter.

8 oct. 2015 . La maladie chronique peut induire une perte d'autonomie. . Les premières personnes à venir en aide à une personne malade sont.

La maladie vous troublera en tant que parent ou ami, surtout dans sa phase active. . Lorsque les personnes atteintes de schizophrénie sont malades, elles.

Proximité des représentations de la maladie chez le malade et ses proches . La notion de représentation propre de sa maladie, par le patient, est un objet.

Pour une personne atteinte de maladie d'Alzheimer, conduire devient . Par peur du comportement de la personne malade ou du jugement des autres, les.

La maladie d'Alzheimer bouleverse la vie du malade et de son entourage. C'est tout un quotidien qu'il faut repenser en fonction de la personnalité et des..

Vos proches peuvent être une réelle source de soutien, pour affronter votre . malade, pouvant la rendre distante, triste voire indifférente à ce qui l'entoure.

Bien des gens qui vivent avec la maladie d'Alzheimer en tant que proche ou aidant naturel doivent relever de nombreux défis. Voici comment mieux y faire face.

22 juin 2016 . Nos conseils pour aider son conjoint malade ... et tenir bon! . nous et notre proche le plus tôt possible après l'annonce de la maladie, même si.

APAMAD /Services /Accompagner un proche atteint de la maladie d'Alzheimer . Un chemin semé d'embûches, pour le malade comme pour l'aidant familial.

21 sept. 2016 . À l'occasion de la journée mondiale de la maladie d'Alzheimer, des madmoizelles ont . pour les personnes malades comme pour leur proches.

3 oct. 2017 . L'Assurance-maladie et la mutuelle ne remboursent jamais l'intégralité des frais engagés pour les soins médicaux des patients souffrant d'une.

10 févr. 2014 . Le rôle des proches d'un malade du cancer est essentiel mais peut parfois . ébranlés par la maladie, et peuvent demander à bénéficier d'une.

Titre : Le malade, la maladie et les proches. Type de document : Livre. Auteurs : Moley-Massol I. Editeur : Paris : Archipel. Année de publication : Mars 2009.

Si le cancer est une épreuve pour le patient, elle l'est aussi pour son entourage. La maladie affecte en effet souvent profondément les proches d'une personne.

L'apparition des premiers signes de la maladie représente un moment de rupture . au moment du diagnostic, les proches du malade sont en grande souffrance.

4 juil. 2014 . La maladie vient non seulement bouleverser la vie d'une personne, mais aussi celle de ces proches. . Vivre auprès d'un proche très malade.

1 avr. 2010 . Les conséquences pour les proches du malade, ceux que l'on appelle . progressivement au fur et à mesure de l'aggravation de la maladie.

Quel est le rôle du proche tout au long de la maladie et de ses traitements ? . Parfois, face à la personne malade, on a l'impression de " ne jamais faire ce qu'il.

La maladie grave = événement traumatisme pour le malade et les proches. →Bouleversement = la maladie met à mal le sujet et le fonctionnement familial/.

Il est tout à fait normal d'être affligé quand un proche est touché par une maladie grave. Face aux besoins physiques et affectifs d'un malade en fin de vie, les.

Accompagner un proche atteint de la maladie d'Alzheimer : le témoignage d' . J'ai choisi de me comporter avec lui comme s'il n'était pas malade, mais je crois.

Maintenant disponible sur AbeBooks.fr - ISBN: 9782809801415 - Paperback - L'Archipel - 2009 - Etat du livre : Brand New - 334 pages. French language.

10 avr. 2012 . Une fois la maladie et les traitements installés dans le quotidien, beaucoup de proches rentrent à un moment donné dans une phase de.

7 avr. 2009 . Les malades et leur entourage se sentent souvent seuls, désarmés ou incompris pour affronter l'épreuve de la maladie ou du handicap.

1 avr. 2009 . Comment aider un malade ? Comment parler de sa propre souffrance, et à qui ? Comment se battre face à la douleur ? Comment accepter.

Beaucoup de jeunes découvrent la maladie de Huntington après qu'un membre . votre proche malade et que la dynamique de votre famille se met à changer.

4 févr. 2012 . Car c'est tout un équilibre familial que la maladie vient bouleverser. D'ailleurs . Car, insiste-t-elle, les proches deviennent "des alliés, voire des.

24 sept. 2011 . Quand la maladie d'un proche survient, nous sombrons dans l'angoisse, . Quand un proche tombe gravement malade après le choc qui nous.

La famille ou le conjoint d'une personne atteinte de maladie d'Alzheimer souhaitent . aux proches des malades; Personnes atteintes de la maladie d'alzheimer.

11 avr. 2016 . Une étude vient de démontrer que la maladie d'Alzheimer, au-delà des . Cette situation accroît le fossé séparant la personne atteinte de ses proches. . Comment perçoit-on la conjugalité quand son conjoint tombe malade?

8 mars 2013 . Pour assister un proche gravement malade, en phase avancée ou . le cas), vous pouvez demander à votre caisse d'Assurance maladie,.

La Sclérose en Plaques - SEP - maladie neurologique chronique qui . au quotidien un proche dépendant, malade ou en situation de handicap. • L'aidant dit.

S'occuper d'un proche atteint de la maladie d'Alzheimer est déstabilisant et . En effet, la tâche qui leur incombe, accompagner la personne malade et lui.

L'ASSOCIATION - aux côtés des malades et de leurs proches . Si vous êtes un proche et que vous souhaitez en savoir plus sur la maladie de Parkinson et.

Les proches peuvent se sentir démunis, impuissants face aux émotions de la personne malade.

« Que dois-je faire ? » est une question fréquente chez les.

Si la personne malade éprouve des difficultés à identifier les autres personnes et . Elle ne

reconnait pas toujours ses proches, elle se sent seule et elle a peur.

9 juin 2016 . Or si l'on se soucie de plus en plus des «aidants» de personnes souffrant de maladies neurodégénératives, les proches de malades du cancer.

31 mars 2014 . Face à la maladie, la solidarité de la famille constitue un (.) . Fauré donne cinq conseils pour aider l'entourage à soutenir un proche malade.

9 mars 2017 . Quand un membre de sa famille, un(e) ami(e) ou un(e) collègue de bureau apprend le diagnostic d'une maladie grave, il est souvent difficile.

10 mai 2017 . Un parent, un proche qui tombe gravement malade, cela touche tout l'entourage. Comment traverser au mieux cette épreuve et aider la.

9 nov. 2015 . Face à la maladie grave d'un proche nous aimerions être compatissants, mais le plus souvent nous ne savons pas quoi dire ni comment réagir.

Découvrez Le malade, la maladie et les proches le livre de Isabelle Moley-Massol sur decitre.fr - 3ème librairie sur Internet avec 1 million de livres disponibles.

. familiale permet au salarié d'assister un proche gravement malade. Ce congé n'est en principe pas rémunéré par l'employeur, mais l'Assurance Maladie peut.

23 sept. 2017 . Bernard Tapie serait gravement malade selon ses proches . manifesté un soutien appuyé, certains évoquant une grave maladie. L'homme.

Le malade, la maladie et les proches est un livre de Isabelle Moley-Massol. (2009). Retrouvez les avis à propos de Le malade, la maladie et les proches.

Vivre avec une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer est une véritable épreuve : les symptômes sont très handicapants et se traduisent par les pertes de.

31 juil. 2017 . La démence effraie le malade, car elle atteint le cerveau et change la personnalité. Nul ne souhaite voir la maladie lui voler ainsi son identité.

Lorsque la maladie d'Alzheimer est diagnostiquée, les proches du malade doivent prendre les mesures de protection qui s'imposent. Les principales.

Lorsque nous prenons soin d'un proche gravement malade pour des raisons . de l'annonce d'une maladie dégénérative, d'un cancer, ou pour toute autre.

4 févr. 2016 . Face à un proche atteint de cancer, comment ne pas trop en faire, apporter du . Lorsque la maladie frappe, elle n'épargne personne et l'onde de choc . "Ce n'est pas parce que la personne malade n'a pas le moral qu'elle.

2 août 2017 . Maladie d'Alzheimer : comment aider un proche dans les gestes du . Voici 5 clés pour aider un proche malade à réaliser les gestes du.

Les malades ont alors dit vouloir changer la représentation sociale de la maladie, mais surtout de la personne atteinte d'un cancer jusqu'alors maladroitement.

Congé, absence et maladie BTP. Un proche d'un salarié est malade : il peut prétendre à un congé spécifique. Publié le 12/05/2009 par la rédaction des Éditions.

9 oct. 2017 . Être malade est une réalité décrite et expliquée par le corps médical, mais . Faire face à la maladie c'est aussi le moment de comprendre ce.

Si la maladie concerne un proche des enfants... . Vivre au quotidien avec un enfant gravement malade : renseignements pratiques et ressources, S. Côté, Les.

5 mai 2014 . Pour la famille et les proches, devenir aidant naturel auprès d'une personne souffrant . La personne malade a besoin de trouver un soutien.

Les personnes malades ont vu se développer leurs droits de façon importante ces dernières années et on peut dire qu'elles ont acquis un véritable statut depuis.

Pour vous qui êtes malades et pour vous qui les accompagnez, une occasion de prendre du recul et de trouver la juste attitude.

14 mars 2016 . Cette maladie chronique, qui touche 1 million de personnes en France, a un retentissement social . Ressenti des malades et leurs proches.

Revue des Maladies Respiratoires - Vol. 24 - N° 8-C2 - p. 131-136 . Faut-il dire la vérité au malade atteint d'un cancer et/ou à ses proches ? Partant d'une.

5 juin 2010 . Lors de son enquête, P. Bataille a constaté que de nombreux malades du cancer cachent leur maladie à leurs proches, quitte à mettre au point.

1 oct. 2017 . Du côté des proches comme du côté des malades, de nombreux sentiments se bousculent lors de l'annonce de la maladie chronique, mais.

21 sept. 2010 . Témoignage : Vivre avec un proche malade sans culpabiliser . La confrontation avec la maladie d'un proche nous réduit à une certaine.

La maladie de Parkinson bouleverse la vie du malade mais aussi celle de ses proches. Quand on vit aux côtés d'un mari, d'une épouse ou d'un.

il y a 3 jours . Ce pourrait par exemple être de bons amis ou une organisation d'aide aux proches des personnes atteintes de maladie mentale.

Noté 3.0/5. Retrouvez Le malade, la maladie et les proches et des millions de livres en stock sur Amazon.fr. Achetez neuf ou d'occasion.

Comment apprendre à notre enfant qu'un de ses proches a une maladie grave .. Par exemple, si le parent malade doit être hospitalisé pour plusieurs.

Une maladie grave vient d'être diagnostiquée chez votre proche. Cette mauvaise et bouleversante nouvelle va générer beaucoup de désarroi et d'angoisse.

Bon gré, mal gré, les proches sont toujours impliqués dans l'histoire de la maladie qui vient bouleverser l'équilibre familial et les rapports de force. La maladie.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175	176	177	178	179	180	181	182	183	184	185	186	187	188	189	190	191	192	193	194	195	196	197	198	199	200	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215	216	217	218	219	220	221	222	223	224	225	226	227	228	229	230	231	232	233	234	235	236	237	238	239	240	241	242	243	244	245	246	247	248	249	250	251	252	253	254	255	256	257	258	259	260	261	262	263	264	265	266	267	268	269	270	271	272	273	274	275	276	277	278	279	280	281	282	283	284	285	286	287	288	289	290	291	292	293	294	295	296	297	298	299	300	301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319	320	321	322	323	324	325	326	327	328	329	330	331	332	333	334	335	336	337	338	339	340	341	342	343	344	345	346	347	348	349	350	351	352	353	354	355	356	357	358	359	360	361	362	363	364	365	366	367	368	369	370	371	372	373	374	375	376	377	378	379	380	381	382	383	384	385	386	387	388	389	390	391	392	393	394	395	396	397	398	399	400	401	402	403	404	405	406	407	408	409	410	411	412	413	414	415	416	417	418	419	420	421	422	423	424	425	426	427	428	429	430	431	432	433	434	435	436	437	438	439	440	441	442	443	444	445	446	447	448	449	450	451	452	453	454	455	456	457	458	459	460	461	462	463	464	465	466	467	468	469	470	471	472	473	474	475	476	477	478	479	480	481	482	483	484	485	486	487	488	489	490	491	492	493	494	495	496	497	498	499	500	501	502	503	504	505	506	507	508	509	510	511	512	513	514	515	516	517	518	519	520	521	522	523	524	525	526	527	528	529	530	531	532	533	534	535	536	537	538	539	540	541	542	543	544	545	546	547	548	549	550	551	552	553	554	555	556	557	558	559	560	561	562	563	564	565	566	567	568	569	570	571	572	573	574	575	576	577	578	579	580	581	582	583	584	585	586	587	588	589	590	591	592	593	594	595	596	597	598	599	600	601	602	603	604	605	606	607	608	609	610	611	612	613	614	615	616	617	618	619	620	621	622	623	624	625	626	627	628	629	630	631	632	633	634	635	636	637	638	639	640	641	642	643	644	645	646	647	648	649	650	651	652	653	654	655	656	657	658	659	660	661	662	663	664	665	666	667	668	669	670	671	672	673	674	675	676	677	678	679	680	681	682	683	684	685	686	687	688	689	690	691	692	693	694	695	696	697	698	699	700	701	702	703	704	705	706	707	708	709	710	711	712	713	714	715	716	717	718	719	720	721	722	723	724	725	726	727	728	729	730	731	732	733	734	735	736	737	738	739	740	741	742	743	744	745	746	747	748	749	750	751	752	753	754	755	756	757	758	759	760	761	762	763	764	765	766	767	768	769	770	771	772	773	774	775	776	777	778	779	780	781	782	783	784	785	786	787	788	789	790	791	792	793	794	795	796	797	798	799	800	801	802	803	804	805	806	807	808	809	810	811	812	813	814	815	816	817	818	819	820	821	822	823	824	825	826	827	828	829	830	831	832	833	834	835	836	837	838	839	840	841	842	843	844	845	846	847	848	849	850	851	852	853	854	855	856	857	858	859	860	861	862	863	864	865	866	867	868	869	870	871	872	873	874	875	876	877	878	879	880	881	882	883	884	885	886	887	888	889	890	891	892	893	894	895	896	897	898	899	900	901	902	903	904	905	906	907	908	909	910	911	912	913	914	915	916	917	918	919	920	921	922	923	924	925	926	927	928	929	930	931	932	933	934	935	936	937	938	939	940	941	942	943	944	945	946	947	948	949	950	951	952	953	954	955	956	957	958	959	960	961	962	963	964	965	966	967	968	969	970	971	972	973	974	975	976	977	978	979	980	981	982	983	984	985	986	987	988	989	990	991	992	993	994	995	996	997	998	999	1000
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------