

VOUS TROUVEREZ PLUS D'INFORMATION SUR NOTRE SITE :

www.deuilperinatal.ch

AIDES

Des personnes peuvent vous accompagner durant cette épreuve. N'hésitez pas à les contacter.

- **Sages-femmes conseillères hôpital de Sion** : 027 603 85 18
- **Sages-femmes indépendantes** : numéro de la permanence des sages-femmes pour le Valais Romand : 079 578 92 29 et pour le Haut-Valais : Mme Angela Gourdin Brüning 079 754 94 52 gourdin@bluewin.ch www.sage-femme.ch
- **« Avec vous après »** à Sion : Pastorale de la santé. Comment traverser le chagrin lorsque vous avez perdu un être cher, perdu un tout-petit, accueillir un enfant mort-né ou lorsque la grossesse a été interrompue. Le groupe offre des temps de rencontres pour vous aider à partager votre peine, à apprivoiser l'absence et entrevoir l'avenir.
Contacts : M. William Delévaux, Sion Tél. 027 322 50 67, Mme Marylise Putallaz, Sion Tél. 027 322 72 01 et pour le deuil périnatal : Mme Marianne Gisler, Sion 027 322 05 48
- **Béatrice Stalder, Babeth Schlegel et Christine Balet** : trois mamans qui à travers leur douloureuse expérience apportent de manière bénévole leur soutien. Contacts : Béatrice : 079 315 53 09 Babeth : 079 638 12 31 et Christine : 079 723 87 45
- **SIPE** : Planning familial. Espaces de paroles Tél. 027 323 46 48 www.sipe-vs.ch
- **IPVR** : Institutions Psychiatriques du Valais Romand – Réseau Santé Valais
Consultations spécialisées pour le traitement des situations de deuils difficiles et permanence psychiatrique 24h/24h au 0800 012 210
- **Soutien parents**, région Aigle et Bas-Valais contact : Marie Veuthey 079 734 76 19

Sion, janvier 2011



Avec le soutien de :



Promotion Santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis

A VOUS QUI VENEZ DE PERDRE UN BEBE

Vous traversez une épreuve difficile, si difficile que les mots manquent pour en parler. Des parents concernés entendent votre souffrance et vous proposent leur soutien.

Que votre bébé ait vécu quelques jours ou quelques heures, ou que sa vie se soit arrêtée avant d'avoir vu le jour, vous êtes à présent des parents en deuil. Alors vous entendrez sûrement ces mots pour la première fois : « **mort périnatale** ».

DEMARCHES DURANT LA GROSSESSE

Entre 14 et 22 semaines de grossesse

En cas de décès d'un enfant entre 14 et 22 semaines de grossesse, les parents peuvent avec l'accord de la commune inhumer leur enfant. Dans certains lieux, il existe un « jardin du souvenir » où ils ont la possibilité de « déposer » leur enfant et de venir se recueillir. (Il n'y a pas de reconnaissance par l'état civil).

Dès la fin de la 22^{ème} et jusqu'à la 42^{ème} semaine de grossesse

Une déclaration à l'état civil est obligatoire si l'enfant est né après au moins 22 semaines d'aménorrhée et/ou s'il pèse plus de 500 g.

MORT SUBITE DU NOURRISSON

Le syndrome de mort subite du nourrisson est le décès soudain, brutal et inattendu du jeune enfant âgé d'un mois à un an et apparemment en bonne santé, lors de son sommeil. Les causes en sont multiples et des investigations approfondies sont nécessaires pour préciser le diagnostic.

FUNERAILLES

Pourquoi célébrer des funérailles?

Les funérailles favorisent le processus de deuil et permettent à la fois de :

- confirmer la mort
- prendre conscience de la perte entraînée par celle-ci
- exprimer ses sentiments, ses émotions
- manifester l'appartenance sociale de la personne disparue
- donner à la mort un caractère spirituel et sacré
- partager avec ses proches un moment difficile

Une cérémonie des funérailles manifeste en parole et en acte un petit moment d'humanité offert à ceux qui restent. Elle intervient dans les toutes premières étapes du deuil au moment où les émotions (colère, tristesse, peurs...) sont intenses.

Les rites qui entourent la mort sont une occasion de rassembler les vivants. La participation aux funérailles concerne non seulement les adultes, mais également les enfants ; eux aussi ont besoin de vivre ces moments en famille

LE DEUIL VECU PAR MAMAN ET PAPA

Le deuil est une épreuve douloureuse pour la mère et le père ; le couple peut être aussi affecté par ce passage douloureux.

Les étapes du deuil demandent du temps et réclament un accompagnement. La manière de vivre chaque deuil est unique et ne se laisse réduire à aucun modèle préétabli ; chacun progresse à son propre rythme.

Au sein du couple, le travail du deuil s'effectue chez l'un et l'autre. Il est important de respecter le cheminement différent de chacun.

Photo : Terre d'image - Marion Gillet

LE DEUIL VECU PAR LES ENFANTS

Chez les enfants, les questions et les angoisses liées à la perte d'un bébé peuvent ressurgir plus tard puisque la perception de la réalité de la mort varie en fonction de son âge.

Jusqu'à l'âge de 3 ans, la mort n'a aucun sens pour l'enfant, il est encore dans le monde où l'imaginaire a une grande place, la mort n'est pas définitive, elle est réversible.

Entre 4 et 6 ans, les états de vie et de mort ne s'opposent pas, ce sont deux états différents. Le mort est toujours présent. Il voit et entend ce qui se passe sur terre. L'enfant n'a pas peur de la mort comme l'adulte, il se sent immortel, mais il souffre de la séparation.

De 7 à 9 ans, l'enfant perçoit mieux la réalité de la mort et l'irréversibilité de celle-ci. Elle se traduit par des représentations concrètes : cadavre, cimetière. L'enfant prend conscience du cycle de la vie, de la naissance à la mort. Il est curieux.

Entre 9 et 13 ans, l'enfant commence à ressentir l'angoisse existentielle. La mort est un malheur, un phénomène irréversible. La disparition de la personne est définitive. Il peut se poser des questions sur son existence, sur le devenir après la mort, le sens de l'existence et de la mort.

LE DEUIL VECU PAR L'ENTOURAGE

Contrairement à un deuil ordinaire, les proches et amis n'osent souvent pas se manifester. Ils sont parfois inadéquats dans leurs remarques ou leurs approches, ce qui peut contribuer à isoler le couple. Il est bon d'essayer de faire le premier pas, en dépit des efforts que cela exige.

QUELQUES REFERENCES

Pour vous

La chambre vide, perdre un enfant à la naissance, Ed. de Mortagne, 2005, Caroline Paquin.

Les rêves envolés. Traverser le deuil d'un tout petit bébé. Ed. de Mortagne, 2005, Suzy Fréchette-Piperini.

Un ange est passé, Ed. Moco-Climats, 1998, Christine Sagnier.

Au-delà de la souffrance, Prod. Sérimage Films, mars 2005, Michel Magnin (film).

Pour les enfants

Si on parlait de la mort, Ed. Gallimard Jeunesse, 2005, Catherine Dolto.

Le dernier voyage, Ed. Ecole des loisirs, 1994, S. Pernusch, G. Hoffmann.

Tu seras toujours avec nous Calinou, Ed. Mame, 1993, M. Motte, F. Mansot.

Léa n'est pas là, Ed. Edips, Anne-Isabelle et David Arlyel, (uniquement téléchargeable sur <http://lelivredelea.fr>).