

# Comment parler de la mort à nos enfants?

ENFANTS



**Le thème du journal « accompagner le deuil » interpelle chacun de nous. Comment est-ce que j'aimerais être accompagné-e lorsque je serai confronté-e à la mort d'un proche? Pour les familles, ce thème pose la douloureuse question : « Comment parler de la mort à nos enfants? Comment les aider à vivre un deuil? »**

PAR LAETITIA WILLOMMET ET MARIE-PAULE DÉNÉRÉAZ

Souvent les enfants n'attendent pas de vivre la mort d'un proche pour poser des questions. La vie, la mort, la fin de la vie suscitent leur curiosité. Parents, nous sommes parfois démunis devant leur interrogation, gênés d'aborder ce thème si triste. Ce mois nous vous proposons quelques lectures à partager avec vos enfants.

« Les questions des petits sur la mort » Bayard jeunesse: ce livre très joliment illustré propose six histoires pour aborder en douceur ce sujet sensible.

« Au revoir Blaireau » Susan Varley, Gallimard jeunesse: Blaireau était un ami sûr mais très vieux. Le récit nous invite à suivre la dernière journée de vie de Blaireau et de le découvrir à travers les souvenirs qu'il a laissés à ses amis attristés.

« Quand la vie fait mal aux enfants » Hélène Romano, Odile Jacob. Hélène Romano, bien que docteur en psychopa-

thologie, écrit à hauteur d'enfant. Sensible et juste, elle donne aux parents les repères nécessaires pour mieux comprendre ce que leur enfant ressent et mieux l'aider dans ces moments difficiles.

Pour les tout-petits « Si on parlait de la mort » Docteur Dolto, Gallimard jeunesse. Mine de rien quand quelqu'un qu'on aime meurt, ça rassure de savoir que la vie continue et qu'on a le droit d'être heureux.

Ces récits seront à n'en pas douter l'occasion de discuter avec vos enfants, d'entendre leurs questions et leur peur et de leur donner une réponse adaptée à leur âge. Bonne lecture !

Et quand le deuil survient au sein de la famille? L'association Astrame propose différentes formes de soutien aux familles en deuil.

**Pour se renseigner : [www.astrame.ch](http://www.astrame.ch).**