

ZÉT WAL AN SYÈL
18 Rue Kann Ribanne
97200 Fort-de-France

PERMANENCE D'ACCUEIL
Lundi : 9H - 13H
Vendredi : 16H - 20H
Samedi : 9H - 13H

TÉLÉPHONE
0 801 79 11 12 (service et appel gratuits)
06 96 20 17 33

MAIL
contact@zetwalansyel.com

SITE INTERNET
www.zetwalansyel.com

FACEBOOK • INSTAGRAM
zetwalansyel



GUIDE ET REPÈRES DU PARENT ENDEUILLÉ



GUIDE ET REPÈRES DU PARENT ENDEUILLÉ



★ LÈ MWEN KÉ CHÈCHÉW, LÈ MWEN PA KÉ SAV O LA OU YÉ,
KON AK AN SYÈL, MWEN KÉ SA SONJÉW, TOU PRÉ MWEN,
O RA MWEN, ADAN TJÈ MWEN, TI ★ EN TÈT MWEN.
SA NOU TÉ LÉ, SÉ BAW LANMOU AN DÉBODÉ,
MÈ ATJELMEN SÉ LANMOUW KI KA POTÉ NOU, POU TOUJOU.
TI ★ NOU, NOU SÉ LÉ DIW AN PIL BAGAY...
SÉ BA SYÈL LA NOU KA VRÉYÉ LÉ TI PAWOL, LANMOU,
LAPRIÈ AN NOU, KON AN KONSTELASYON
NOU KÉ SA JWENN REPONS OU TOUT KOTÉ ★ LA YÉ.
PALÉ POU DÉCHAJÉ TJÈW, PALÉ POU PÉ SWEN BLÉSI
NANM KÒW, POU KLÉRÉ LANNUIT OU.
APRÉSAN OU KA KLÉRÉ VÉGLÉ NANNAN NOU,
AN TÈT SÉ NIAJ LA, SÉ KON SI DIRÉ OU LA,
SEL BAGAY NOU POU SWETÉ, SÉ KE VID NANM NOU,
TOUNIN EN SIYAJ ★ KA BO KÒ YO

QUELQUES MOTS À VOTRE ATTENTION

Ce livret guide vous est proposé par l'association Zétwal An Syèl.
Il a été pensé et conçu afin d'informer et d'accompagner les parents et les familles confrontés
au deuil périnatal suite au décès d'un bébé/enfant survenu durant la grossesse, à la naissance
et jusqu'à sa première année de vie.

*AU TRAVERS DE CE LIVRE, NOUS SOUHAITONS VOUS APPORTER
QUELQUES ÉLÉMENTS DE RÉPONSE QUANT AUX DÉMARCHES À EFFECTUER
ET AUX POSSIBILITÉS QUI VOUS SONT OFFERTES SUITE À CE TERRIBLE ÉVÈNEMENT*

Vous pourrez conserver ce livre et y revenir selon vos besoins, vos interrogations
et difficultés du moment. En effet, certains points abordés vous seront utiles dès aujourd'hui
et d'autres vous aideront par la suite. N'hésitez pas non plus à partager ce livret avec votre famille et
vos proches. Il pourra, nous l'espérons, les aider à mieux appréhender ce que vous vivez.
Vivez votre deuil à votre rythme. Le moment venu et si vous le souhaitez, nous vous
accompagnerons ; nous avons choisi de vous aider.

SOMMAIRE

<i>SI VOTRE ENFANT DÉCÈDE APRÈS 15 SEMAINES D'AMHÉNORÉE ÉCHOGRAPHIQUE</i>	P. 6-10
<i>SI VOTRE ENFANT NAÎT SANS VIE</i>	P. 12-18
<i>SI VOTRE ENFANT NAÎT VIVANT ET VIABLE, PUIS DÉCÈDE</i>	P. 20-24
<i>LES DIFFÉRENTES ÉTAPES DU DEUIL</i>	P. 25-26
<i>LE DEUIL VÉCU PAR LE COUPLE</i>	P. 27-28
<i>LE DEUIL VÉCU PAR LA FRATRIE</i>	P. 29-30
<i>LES AIDES PROPOSÉES PAR ZETWAL AN SYÈL</i>	P. 31-34
<i>ASSOCIATION ZETWAL AN SYÈL</i>	P. 35-36
<i>SUGGESTIONS DE LECTURE</i>	P. 37-38
<i>FORMULAIRE ET PLAYLIST DE L'AMOUR</i>	P. 39-40
<i>LIENS UTILES ET REMERCIEMENTS</i>	P. 41-42

LES DÉMARCHES À EFFECTUER SELON LE STADE DE LA GROSSESSE

Suite au décès de votre bébé/enfant, vous êtes amenés à effectuer plusieurs démarches auprès de l'administration ; parfois dans un délai très court.

Il est impératif de respecter ces délais afin de bénéficier de vos droits et d'éviter ainsi une impasse administrative.



*SI VOTRE ENFANT
DÉCÈDE APRÈS 15 SEMAINES D'AMÉNORRHÉE ÉCHOGRAPHIQUE
ENTRE 14 ET 21 SEMAINES + 6 JOURS D'AMÉNORRHÉE ÉCHOGRAPHIQUE*

ÉTAT CIVIL

L'inscription à l'état civil n'est pas obligatoire, elle peut se faire sur présentation d'un certificat d'accouchement (Cerfa 13773). Ce certificat est établi par le praticien (médecin ou sage-femme), il mentionne l'heure, le jour, le lieu et le terme de l'accouchement ainsi que le sexe et le poids de l'enfant.

L'officier d'état civil dressera un acte d'enfant né sans vie à la demande des parents. Cet acte vous permettra si vous le souhaitez de prendre en charge le corps de votre enfant.

Depuis la loi du 6 décembre 2021, pourra figurer à la demande des père et mère, le ou les prénoms de l'enfant ainsi qu'un nom qui pourra être celui du père ou de la mère, soit les eux noms accolés.

La création d'un livret de famille est possible, à la demande de la famille, lorsqu'il s'agit de votre premier enfant, dans le cas contraire, l'inscription sur le livret de famille existant.

DÉLAI

Aucun délai d'inscription à l'état civil ou sur le livret de famille, il peut se faire des années plus tard même lorsque d'autres enfants sont nés depuis le décès et sont inscrits sur le livret.

INTERVENTION MÉDICALE SUR LE CORPS

Si des prélèvements à visée diagnostique ou scientifique sont envisagés, seul le consentement de la mère est nécessaire. Si la mère est mineure, un certificat de non opposition doit être établi. S'il s'agit d'un prélèvement d'ADN, l'autorisation parentale est obligatoire.

LE DEVENIR DU CORPS

Les décisions concernant les obsèques de votre enfant vous appartiennent.

Vous disposez d'un délai de réflexion jusqu'à 10 jours après l'accouchement pour changer d'avis.

Le délai est de 4 semaines en cas d'autopsie.

Vous pouvez décider de prendre en charge les funérailles, d'organiser un rite funéraire, une crémation ou une inhumation. Les funérailles seront alors à votre charge financière.

N'hésitez pas à faire établir plusieurs devis. Certaines communes proposent une aide aux parents.

Le temps d'organisation des funérailles, le corps de l'enfant reposera à la morgue.

Au-delà de 3 jours les frais de morgue vous sont facturés. En 2021, ces frais s'élevaient à 177 € par jour.

Vous pouvez aussi laisser l'hôpital prendre en charge le corps de votre enfant. À Fort-de-France, les bébés sont inhumés de façon individuelle dans certains cimetières. On ne vous informera pas de la date et du lieu à l'avance. Il est conseillé aux parents d'attendre environ 3 semaines après le décès pour contacter le service funéraire de la mairie de Fort-de-France pour savoir si l'inhumation a déjà eu lieu ou dans quel cimetière se trouve l'enfant. Vous aurez alors la possibilité si vous le souhaitez de vous rendre sur place, de construire un monument funéraire pour votre bébé. Vous disposez également d'un délai de 5 ans pendant lequel l'exhumation du corps est possible pour l'inhumer autre part à vos frais.

Si la famille ne prend pas en charge les funérailles, l'hôpital doit faire procéder à sa charge, (après 10 jours, prorogés de 4 semaines en cas d'autopsie) à l'inhumation ou à la crémation (collective en crématorium).

VOS DROITS

SÉCURITÉ SOCIALE

Vous devez informer la sécurité sociale de l'arrêt de votre grossesse.

Les remboursements des frais liés à l'accouchement sont effectués au titre du risque « Maladie » ainsi, le reste à charge pourra être remboursé dans les limites des garanties de votre complémentaire santé, si vous en disposez d'une.

Vous ne pouvez pas bénéficier de congé maternité. En revanche, vous pouvez bénéficier d'un congé maladie dont la durée est déterminée par votre médecin.

CAF

Dès que possible, informez la CAF de l'arrêt de la grossesse, afin que votre dossier soit mis à jour.



*SI VOTRE ENFANT
NAÎT SANS VIE*

À PARTIR DE 22 SEMAINES D'AMÉNORRÉE ÉCHOGRAPHIQUE PESANT PLUS DE 500 GRAMMES.

ÉTAT CIVIL

L'inscription à l'état civil n'est pas obligatoire, elle peut se faire sur présentation d'un certificat d'accouchement. Ce certificat est établi par le praticien (médecin ou sage-femme), il mentionne l'heure, le jour, le lieu et le terme de l'accouchement ainsi que le sexe et le poids de l'enfant (Certificat : Cerfa 13773).

L'officier d'état civil dressera un acte d'enfant né sans vie à la demande des parents. Cet acte vous permettra si vous le souhaitez de prendre en charge le corps de votre enfant.

Depuis la loi du 6 décembre 2021, pourra figurer à la demande des père et mère, le ou les prénoms de l'enfant ainsi qu'un nom qui pourra être celui du père ou de la mère, soit les eux noms accolés.

La création d'un livret de famille est possible, à la demande de la famille, lorsqu'il s'agit de votre premier enfant, dans le cas contraire, l'inscription sur le livret de famille existant.

DÉLAI

Aucun délai d'inscription à l'état civil ou sur le livret de famille, il peut se faire des années plus tard même lorsque d'autres enfants sont nés depuis le décès et sont inscrits sur le livret.

INTERVENTION MÉDICALE SUR LE CORPS

Si des prélèvements à visée diagnostique ou scientifique sont envisagés, seul le consentement de la mère est nécessaire. Si la mère est mineure, un certificat de non opposition doit être établi. S'il s'agit d'un prélèvement d'ADN, l'autorisation parentale est obligatoire.

LE DEVENIR DU CORPS

Les décisions concernant les obsèques de votre enfant vous appartiennent.

Vous disposez d'un délai de réflexion jusqu'à 10 jours après l'accouchement pour changer d'avis.

Le délai est de 4 semaines en cas d'autopsie.

Vous pouvez décider de prendre en charge les funérailles, d'organiser un rite funéraire, une crémation ou une inhumation. Les funérailles seront alors à votre charge financière.

N'hésitez pas à faire établir plusieurs devis. Certaines communes proposent une aide aux parents.

Le temps d'organisation des funérailles, le corps de l'enfant reposera à la morgue. Au-delà de 3 jours les frais de morgue vous sont facturés. En 2021, ces frais s'élevaient à 177 € par jour.

Vous pouvez aussi laisser l'hôpital prendre en charge le corps de votre enfant. À Fort-de-France, les bébés sont inhumés de façon individuelle dans certains cimetières. On ne vous informera pas de la date et du lieu à l'avance. Il est conseillé aux parents d'attendre environ 3 semaines après le décès pour contacter le service funéraire de la mairie de Fort-de-France pour savoir si l'inhumation a déjà eu lieu ou dans quel cimetière est l'enfant. Vous aurez alors la possibilité si vous le souhaitez de vous rendre sur place, de construire un monument funéraire pour votre bébé.

Vous disposez également d'un délai de 5 ans pendant lequel l'exhumation du corps est possible pour l'inhumer autre part à vos frais.

Si la famille ne prend pas en charge les funérailles, l'hôpital doit faire procéder à sa charge, (après 10 jours, prorogés de 4 semaines en cas d'autopsie) à l'inhumation ou à la crémation (collective en crématorium).

VOS DROITS

SÉCURITÉ SOCIALE

Vous devez envoyer l'acte d'enfant sans vie à la sécurité sociale. Chaque cas étant unique nous vous invitons à prendre contact avec votre caisse de sécurité sociale (voir Liens utiles).

La Maman

À partir de 22 semaines d'aménorrhée, le remboursement des frais liés aux actes médicaux dont vous avez bénéficié est pris en charge à 100% (maternité). Vous bénéficiez également d'un congé maternité dont la durée est de minimum 8 semaines. Vous pouvez renoncer à une partie de votre congé, mais vous devez obligatoirement cesser de travailler au moins 8 semaines dont 6 après l'accouchement. Votre enfant est comptabilisé pour le calcul des congés maternités suivants et de vos droits retraite.

Le Papa

Vous pouvez bénéficier du congé paternité. Il comporte 2 périodes distinctes :

- 7 jours obligatoires à prendre dès la naissance de l'enfant
- 21 jours calendaires à prendre jusqu'au 4 mois de l'enfant. Ce congé peut être fractionné.

Le Congé de Deuil

Les deux parents peuvent bénéficier d'un congé de deuil à prendre dans l'année du décès de l'enfant. Pour en bénéficier, il convient d'informer l'employeur et de communiquer l'acte d'enfant sans vie à la sécurité sociale. La durée de ce congé sera fonction de votre catégorie socio-professionnelle (chômeur, salarié, indépendant etc.).

CAF

Dans tous les cas, vous devez transmettre le certificat d'enfant sans vie à la CAF.

La Prime de naissance

Vous pouvez prétendre à la prime de naissance vous devez remplir ces deux conditions :

- Avoir accouché au plus tôt le premier jour du mois civil suivant le cinquième mois de grossesse. Par exemple si vous êtes à 5 mois de grossesse le 20 février et que vous accouchez à partir du 1^{er} mars vous pouvez y avoir droit, alors que si vous accouchez avant le 1^{er} mars vous n'y avez pas droit.
- Respecter les conditions de ressources pour percevoir cette allocation. Cette prime est versée au 7^{ème} mois de grossesse. Si vous l'avez déjà perçue, il ne vous sera pas demandé de la rembourser.

Pour l'ouverture des droits à la prime à la naissance, la situation de la famille est appréciée le premier jour du mois civil suivant le cinquième mois de la grossesse ou le premier jour du mois civil suivant le cinquième mois prévu de la grossesse dans les situations mentionnées aux 1^o et 2^o de l'article L.531-2. L'article L531-2, Modifié par LOI n°2020-1576 du 14 décembre 2020 - art. 75 (V) Décret n° 2021-367 du 31 mars 2021 relatif à la prime à la naissance et à la prime à l'adoption.

1^o Lorsque la naissance intervient avant le sixième mois prévu de la grossesse.

2^o En cas de décès de l'enfant intervenant au-delà de la vingtième semaine de grossesse.

L'allocation décès

En principe, si vous êtes déjà allocataires, les services de l'état civil transmettent à la CAF l'information relative au décès de votre enfant. Vous n'avez donc aucune démarche à effectuer.

Le versement est dans cette hypothèse automatique.

Si vous n'êtes pas encore allocataire, vous devrez télécharger le « formulaire de demande d'allocation versée en cas de décès d'un enfant ». Il conviendra de le compléter, le signer et le transmettre avec les justificatives à la CAF de la Martinique. Cet envoi peut se faire par email à l'adresse : transmettreundocument.caf972@info-caf.fr

Le montant de cette allocation est versé sous conditions de ressources.

LES IMPÔTS

Votre enfant compte pour une personne à charge dans votre foyer fiscal toute l'année de sa naissance. Il convient de le déclarer. L'année suivante, il faudra procéder à une modification et retirer votre enfant.

PROTECTION CONTRE LE LICENCIEMENT ET DROITS À LA RETRAITE

La Maman

Le licenciement est interdit pendant la période du congé maternité et s'étend aux 10 semaines suivant l'expiration du congé maternité ou la période de congés payés prise immédiatement après le congé maternité. Les indemnités journalières perçues pendant votre congé maternité sont prises en compte par la plupart des régimes de retraite pour le calcul de votre durée d'assurance.

Le Papa

En tant que père vous bénéficiez également d'une protection contre le licenciement.

Les 10 semaines qui suivent la naissance de votre enfant, les indemnités journalières perçues pendant votre congé paternité sont prises en compte par la plupart des régimes de retraite pour le calcul de votre durée d'assurance. Selon les cas, votre enfant pourra être pris compte dans le calcul de votre retraite.



*SI VOTRE ENFANT
NAÎT VIVANT ET VIABLE, PUIS DÉCÈDE
QUEL QUE SOIT L'ÂGE DU DÉCÈS*

ÉTAT CIVIL

Votre enfant sera inscrit sur le registre des naissances et le registre des décès.

DÉLAI

La déclaration doit être faite dans les 5 jours qui suivent le jour de l'accouchement.

Le jour de l'accouchement n'est pas compté dans le délai de déclaration de naissance.

Si le dernier jour tombe un samedi, un dimanche, un jour férié ou chômé, ce délai est prolongé jusqu'au 1^{er} jour ouvrable suivant.

INTERVENTION MÉDICALE SUR LE CORPS

Le consentement de la mère et du père est nécessaire pour toute intervention quelle que soit sa nature.

ORGANISATION DES OBSÈQUES

L'inhumation ou la crémation du corps est obligatoire et à votre charge. Vous pourrez bénéficier :

- Prise en charge de tout ou partie des frais d'obsèques par votre mutuelle selon les garanties souscrites
- Aide de votre commun, selon vos conditions de ressources

Les devis de funérailles sont obligatoires et gratuits. N'hésitez pas à en faire établir plusieurs.

Le transport, la mise en bière, la fermeture du cercueil, l'inhumation et la crémation sont soumis à autorisations. Vous disposez d'un délai de 6 jours ouvrés pour accomplir ces démarches.

VOS DROITS

SÉCURITÉ SOCIALE

Vous devez envoyer l'acte de naissance et de décès ainsi qu'une demande de rattachement de votre enfant.

La Maman

Le remboursement des frais liés aux actes médicaux dont vous avez bénéficié est pris en charge à 100% (maternité). Vous bénéficiez également d'un congé maternité dont la durée est de minimum 8 semaines (selon le nombre d'enfants). Votre enfant est comptabilisé pour le calcul de futurs congés maternités et de vos droits retraite.

La Papa

Vous pouvez bénéficier du congé paternité. Il comporte 2 périodes distinctes :

- 7 jours obligatoires à prendre dès la naissance de l'enfant
- 21 jours calendaires à prendre jusqu'au 4 mois de l'enfant. Ce congé peut être fractionné.

Le Congé de Deuil

Les deux parents peuvent bénéficier d'un congé de deuil à prendre dans l'année du décès de l'enfant. Pour en bénéficier, il convient d'informer l'employeur et de communiquer l'acte d'enfant sans vie à la sécurité sociale. La durée de ce congé sera fonction de votre catégorie socio-professionnelle (chômeur, salarié, indépendant etc)

CAF

Dans tous les cas, vous devez transmettre le certificat de naissance et de décès à la CAF.

La Prime de naissance

Vous pouvez prétendre à la prime de naissance vous devez remplir ces deux conditions :

- Avoir accouché au plus tôt le premier jour du mois civil suivant le cinquième mois de grossesse. Par exemple si vous êtes à 5 mois de grossesse le 20 février et que vous accouchez à partir du 1^{er} mars vous pouvez y avoir droit, alors que si vous accouchez avant le 1^{er} mars vous n'y avez pas droit.
- Respecter les conditions de ressources pour percevoir cette allocation. Cette prime est versée au 7^{ème} mois de grossesse. Si vous l'avez déjà perçue, il ne vous sera pas demandé de la rembourser.

L'allocation décès

En principe, si vous êtes déjà allocataires, les services de l'état civil transmettent à la CAF l'information relative au décès de votre enfant. Vous n'avez donc aucune démarche à effectuer.

Le versement est dans cette hypothèse automatique.

Si vous n'êtes pas encore allocataire, vous devrez télécharger le « formulaire de demande d'allocation versée en cas de décès d'un enfant ». Il conviendra de le compléter, le signer et le transmettre avec les justificatives à la CAF de la Martinique. Cet envoi peut se faire par email à l'adresse : transmettreundocument.caf972@info-caf.fr

Le montant de cette allocation est versé sous conditions de ressources.

L'allocation décès

Vous continuez de percevoir pendant 3 mois l'allocation de base, sans condition de ressources.

Par exemple si vous êtes à 5 mois de grossesse le 20 février et que vous accouchez à partir du 1^{er} mars vous pouvez y avoir droit, alors que si vous accouchez avant le 1^{er} mars vous n'y avez pas droit.

LES IMPÔTS

Votre enfant compte pour une personne à charge dans votre foyer fiscal toute l'année de sa naissance. Il convient de le déclarer. L'année suivante, il faudra procéder à une modification et retirer votre enfant.

PROTECTION CONTRE LE LICENCIEMENT ET DROITS À LA RETRAITE

La Maman

Le licenciement est interdit pendant la période du congé maternité et s'étend aux 10 semaines suivant l'expiration du congé maternité ou la période de congés payés prise immédiatement après le congé maternité. Les indemnités journalières perçues pendant votre congé maternité sont prises en compte par la plupart des régimes de retraite pour le calcul de votre durée d'assurance.

Le Papa

En tant que père vous bénéficiez également d'une protection contre le licenciement.

Les 10 semaines qui suivent la naissance de votre enfant, les indemnités journalières perçues pendant votre congé paternité sont prises en compte par la plupart des régimes de retraite pour le calcul de votre durée d'assurance. Selon les cas, votre enfant pourra être pris compte dans le calcul de votre retraite.

LES DIFFÉRENTES ÉTAPES DU DEUIL

Aucune douleur n'est comparable à celle de la perte de son enfant. Les différentes émotions que vous allez traverser, vos comportements sont tout à fait normaux. Pleurer la perte d'un enfant est une forme de deuil particulièrement complexe en raison de la nature de la relation entre les parents et leur enfant. Le deuil est donc propre à chacun.

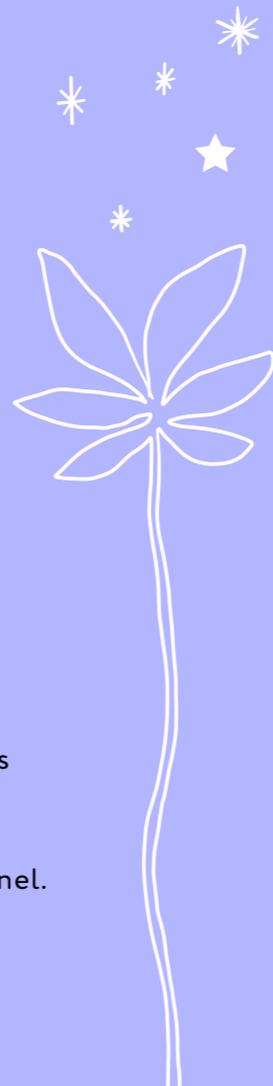
Le deuil est une période de chagrin consécutive à la disparition d'un être aimé, c'est une longue période qui s'évalue en années, un processus normal et sain.

Il y aura des jours plus faciles que d'autres, des périodes plus légères que les autres. Telle une courbe sinusoïdale vos émotions, vos réactions fluctueront. Ce sont toutes ces fluctuations qui vous mèneront de nouveau vers votre capacité à être heureux et à reprendre votre vie en main.

N'oubliez jamais que vous êtes unique et que vous avez le droit d'exprimer les choses telles que vous les ressentez et à votre façon. Dans certains cas une aide en plus de celle apportée par votre entourage pourra être nécessaire.

Ne restez pas seul à tenter d'avancer et d'oublier la douleur, consultez un professionnel.

Nous pouvons distinguer cinq grandes étapes dans le processus de deuil, elles ne sont pas linéaires et il est possible de revenir plusieurs fois à une étape.



CHOC INITIAL

Vous êtes accablés à l'annonce de cette terrible nouvelle. et ne pouvez l'admettre. Sentiment d'irréalité, état de stupeur, confusion et impuissance vous accablent, tel un coup de massue. La douleur peut déclencher des cris et des pleurs. L'annonce fait place au déni (« ce n'est pas possible », « je le sens encore bouger dans mon ventre », etc). À ce stade vous n'êtes plus en mesure de suivre le rythme habituel du quotidien.

RÉVOLTE

Dans cette phase, les parents protestent, se révoltent. Il leur faut trouver un coupable. Cela peut aller jusqu'à se blâmer soi ou blâmer l'autre pour cette perte. L'une des premières réactions peut être de faire le choix de s'isoler, de se couper des autres. La colère et les cris sont encore présents. La quête de la cause prend beaucoup d'énergie. Le sentiment d'injustice et la colère demeurent.

DÉSORGANISATION

La perte est inacceptable. Les sentiments présents à cette étape peuvent être l'anxiété, la peur, l'impuissance, la douleur, le désespoir, la solitude, la culpabilité. Dans le couple, la communication peut se rompre, chacun se repliant sur lui-même pour ne pas amplifier la peine de l'autre.

DÉSESPOIR

À cette étape, vous prenez conscience de la perte. La résignation ou la tentative de donner un sens à la perte domine. L'impact somatique est important : insomnie, baisse d'appétit, difficulté à se concentrer, vont être associées à la tristesse, au repli sur soi. Dans certains cas, des symptômes dépressifs et des idées suicidaires, peuvent faire leur apparition.

ADAPTATION

Après quelques temps, la détresse s'estompe graduellement et vous retrouvez une certaine stabilité. La vie reprend son cours, mais la douleur de la perte n'est pas effacée, ni oubliée. Vous pouvez rechercher le soutien et être de nouveau capable d'investir les relations interpersonnelles et les activités de la vie quotidienne. La douleur et l'anxiété persistent mais diminuent en intensité et en fréquence. Un sens a pu être donné à la perte

Chacun traverse Le deuil de manière différente en fonction de son histoire, sa personnalité, l'attachement à leur bébé... Les étapes du deuil ne sont pas nécessairement vécues dans le même ordre ou avec la même intensité.

Les femmes éprouvent davantage le besoin de partager leurs émotions et de parler du bébé. Elles recherchent plus aisément le soutien de leur partenaire et de leur entourage. De leur côté, les hommes auront tendance à réprimer leur peine et à se plonger dans des activités diverses; l'objectif étant de rester actif et d'éviter l'effondrement psychologique. Ils font, pour la plupart, le choix conscient ou non de mettre en veilleuse leurs émotions et ressentis afin d'être disponible pour leur conjointe.

Il est primordial dans un tel contexte de recréer des espaces d'échanges et de partage afin de parler de ses émotions et de mieux comprendre ce que l'autre vit. Les besoins et les attentes de l'un et l'autre diffèrent, d'où l'importance de les exprimer et d'accepter que l'autre ne sera pas forcément prêt à y répondre.

L'intimité sexuelle du couple peut se trouver également impactée par ce deuil périnatal. Certains couples ont du mal à reprendre une vie sexuelle après la perte d'un enfant. Là encore la communication dans le couple sera déterminante afin de partager avec l'autre où se situent les freins à l'intimité sexuelle.

Nos CONSEILS

- PRIVILÉGIER LES MOMENTS DE QUALITÉ ENSEMBLE.
 - S'ARRÊTER RÉGULIÈREMENT EN COUPLE POUR FAIRE L'ÉTAT DES LIEUX ET SAVOIR OÙ EN EST L'AUTRE.
 - S'AUTORISER À PARLER DE LA SEXUALITÉ DURANT LE DEUIL.
 - ÉCOUTER L'AUTRE (OU LE LIRE) NOUS RACONTER COMMENT IL VIT LES ÉVÈNEMENTS LIÉS À LA PERTE DE VOTRE BÉBÉ.
- LE FAIRE À L'ÉCRIT EST PARFOIS PLUS FACILE POUR CERTAINS.
- PRIORISER ENVERS L'AUTRE UNE ATTITUDE DE BIENVEILLANCE ET DE NON-JUGEMENT.
- TOUJOURS GARDER À L'ESPRIT QUE LE DEUIL PÉRINATAL PEUT EXACERBER LA DIFFÉRENCE DANS LE COUPLE.
- NE PAS HÉSITER À SE FAIRE ACCOMPAGNER À DEUX OU SEUL SI L'AUTRE N'EN RESSENT PAS LE BESOIN (ASSOCIATIONS AUTOUR DU DEUIL PÉRINATAL, GROUPE DE PAROLES, THÉRAPEUTE SPÉCIALISÉ). NE RESTEZ PAS SEUL FACE À LA PERTE DE VOTRE BÉBÉ !



LE DEUIL VÉCU PAR LE COUPLE

Le deuil périnatal a un impact qui va bien au-delà des parents ; Les sœurs et frères de ce bébé sont eux aussi affectés, dans leur statut d'aînés tout comme ils peuvent l'être, lorsque leurs parents traversent une difficulté de vie. De fait, il serait impensable d'imaginer que cette perte ne les affecte pas également, et ce quelque soit le moment de la grossesse où survient le décès de ce petit frère ou cette petite sœur.

Les enfants sont parfois traversés par des sentiments ambivalents, ou contradictoires, à l'annonce du décès : tristesse, peur, colère, honte, soulagement, culpabilité. Il arrive parfois qu'ils se considèrent comme responsables de la mort du bébé. S'ils étaient jaloux ou en colère à l'idée de son arrivée, ils peuvent ressentir de la culpabilité.

Il est donc nécessaire d'expliquer, de parler, de déculpabiliser : « Plus vite on lui permet d'exprimer ce qu'il pense, ce qu'il ressent, plus vite on empêchera ce sentiment de culpabilité de persister de manière enfouie, avec toutes les conséquences qu'une telle culpabilité peut générer. Exprimer ses sentiments sans être jugé, c'est ce qui est le plus soulageant ! Et il faut rappeler qu'un sentiment n'est ni bon ni mauvais, un sentiment n'a pas de valeur morale ! » (Guy CORDIER, Pédopsychiatre).

Aider un enfant face à cette situation, c'est lui donner les moyens de traverser l'épreuve avec ses parents, de pouvoir exprimer librement ses émotions pour qu'il garde confiance en eux et dans la vie.

Nos CONSEILS

- PARLEZ-EN AVEC DES MOTS SIMPLES ET ADAPTÉS À SON ÂGE.
 - N'AYEZ PAS PEUR D'UTILISER LE MOT « MORT ».
 - SOYEZ ATTENTIF À SES QUESTIONS, À SES ÉMOTIONS ET SES PRÉOCCUPATIONS.
 - ÉVITEZ DE DIRE QUE « C'EST COMME QUAND ON DORT » AFIN DE NE PAS ÉVEILLER LA CRAINTE DE S'ENDORMIR.
 - SI VOTRE ENFANT LE DEMANDE, MONTREZ-LUI SON FRÈRE/SOEUR DÉCÉDÉ(E). PERMETTEZ-LUI DE PLEURER ET DE S'EXPRIMER
 - PERMETTEZ-LUI DE DIRE AU REVOIR À SA FAÇON (ÉCRIRE UNE POÉSIE, ALLUMER UNE BOUGIE, LAISSER UN JOUET, LÂCHER UN BALLON...) SOYEZ ATTENTIF AUX TROUBLES DU COMPORTEMENT QUI POURRAIENT SURVENIR CHEZ VOTRE ENFANT (ABSENCE DE CHAGRIN, REJET DE L'ÉCOLE, REFUS DE S'ALIMENTER, TROUBLES DU SOMMEIL, REPLI SUR SOI...).
- PENSEZ ÉGALEMENT À INFORMER LES ADULTES EN CONTACT AVEC LA FRATRIE.



LE DEUIL VÉCU PAR LA FRATRIE

LES AIDES PROPOSÉES PAR ZÉTWAL AN SYÈL



L'association Zétwal An Syèl de loi 1901 est née, en octobre 2020, suite aux réflexions d'un groupe de travail réunissant des professionnels de santé, des professionnels du bien-être et des parents endeuillés. Ces travaux ont permis de cibler les champs d'action de l'association et de déterminer certains axes prioritaires. Jusqu'alors, il n'existait aucune structure de sensibilisation et/ou d'accompagnement au deuil périnatal en Martinique.

La Martinique connaît de nombreux indicateurs de périnatalité défavorables : un taux de mortinatalité plus élevé qu'en Hexagone (13,5‰ contre 8,5‰) avec une proportion plus grande de mortalité spontanée, non liée aux interruptions médicales de grossesse (9‰ contre 5‰ en Hexagone), une mortalité infantile, aux trois quarts concentrée dans le premier mois de vie 7,2‰ contre 3,8‰ en Hexagone et une mortalité périnatale de 17,6‰ (10,1‰ en France hexagonale). La Guadeloupe et la Guyane ont également des indicateurs défavorables 2 à 3 fois supérieurs à ceux de l'Hexagone. Pour rappel, le taux de mortalité infantile est le rapport entre le nombre d'enfants décédés avant leur premier anniversaire et l'ensemble des enfants nés vivants.

*ZÉTWAL AN SYÈL SENSIBILISE AU DEUIL PÉRINATAL,
INFORME ET ACCOMPAGNE LES PUBLICS TOUCHÉS PAR CETTE PROBLÉMATIQUE*

PARENTS ENDEUILLÉS

isolés, dévastés et démunis, les parents ont besoin d'être accompagnés pour faire face aux démarches administratives, à la reprise du travail, à la gestion des émotions etc.

AÎNÉ(E)S, FRATRIE

les autres enfants du couple doivent aussi être accompagnés dans cette épreuve afin de les aider à faire un véritable travail de deuil.

ENTOURAGE PROCHE

les grands-parents, oncles et tantes, sont souvent démunis face à la souffrance des parents. Ils n'ont aucune ressource, aucun outil afin d'adopter les bons mots, les bonnes postures pour accompagner leurs proches touchés par le deuil périnatal.

PROFESSIONNELS DE SANTÉ

confrontés professionnellement à cette tragédie, ce public a besoin d'un accompagnement sur-mesure, aussi bien sur le plan professionnel que personnel.



PERMANENCE

Cette permanence ouverte plusieurs heures par semaine permet de guider et conseiller les familles endeuillées. D'abord par l'aide administrative auprès des institutions compétentes (CAF, CGSS, mutuelles et état-civil) afin de faciliter l'avancée des dossiers, et autres problématiques rencontrées par les familles. Ensuite, une aide au retour à la vie sociale et la vie professionnelle, notamment pour les mères. Le retour à la vie professionnelle peut être source d'angoisse et d'inquiétudes pour ces mamans, la permanence aide ces dernières à reprendre confiance en elles afin d'appréhender sereinement le retour au travail. Une attention particulière est portée sur les mères en situation de chômage afin de contribuer au retour à l'emploi et à la rupture de l'isolement social. Un fond de solidarité est dédié aux familles en situation de précarité.

CELLULES D'ÉCOUTE

L'association peut recevoir des bénéficiaires en cellule d'écoute pour leur permettre de s'exprimer et de rompre l'isolement. Des visites sont également possibles à domicile, à la demande des bénéficiaires.

GROUPES DE PAROLES

Depuis avril 2021, le groupe de paroles réservé aux mamans est ouvert. Animé par une psychologue, experte sur le deuil périnatal, il se tient un vendredi sur deux pour une durée d'une heure et demie. Il est ouvert à toutes, avec inscription et sans distinction de type de deuil. Depuis juin 2021, le groupe de paroles réservé aux papas se tient une fois par mois. Animé par un psychothérapeute, sensible au deuil périnatal, il est ouvert à tous les hommes concernés par le deuil périnatal.

ATELIERS

L'association propose des ateliers thématiques à destination de certains publics (père, couple, entourage proche, fratrie, professionnels de santé). Des ateliers à visée thérapeutique toujours en lien avec le deuil périnatal dans un format moins formel que le groupe de paroles. Ces différents temps sont animés par des intervenants experts (art-thérapeutes, socio-esthéticiennes, psychologues, professionnels de santé, professeurs de sport, etc).

NEWSLETTER

Zétwal an Syèl propose une newsletter mensuelle à ses bénéficiaires. Elle annonce les temps forts du mois afin de permettre à tous ceux qui le souhaitent d'y participer.

ASSOCIATION ZETWAL AN SYÈL



MATHILDE



LAËTTIA



CHRISTELLE



JULIE

Mathilde Edmond - Mariette Minoton
Présidente, Chargée de mission

Laëtitia Biron
Vice - Présidente, Cheffe d'entreprise

Christelle Forestier
Secrétaire, Responsable juridique

Antoine Minoton
Secrétaire adjoint, Officier des sapeurs-pompiers

Julie Theodore
Trésorière, Enseignante

Leïla Charpentier-Tity
Trésorière adjointe, Médecin

Yannick Hilaricus
Chargée de communication, Chargée de Publicité

Marie-Flore Overli
Chargée de logistique et d'évènementiel,
Agent de police technique et scientifique

SUGGESTIONS DE LECTURE

À PARTIR DE 3 ANS

- « **La petite soeur de Virgile** » : Anne-Soline Sintes et Edwige Planchin - Contes pour penser à l'endroit, Association chemin des étoiles, 2011
- « **Léa n'est pas là** » : Anne-Isabelle et David Ariyel - Télécharger sur www.livredelea.fr ou commander la version papier, sur www.petiteemilie.org, 2007
- « **Reviens grand-mère** » : Claudio Munoz et Sue Limb - Bibliothèques de St Ghislain, Mons, Jemappes, Quaregnon et Pâturages, Mijade 1994
- « **Petit lapin Hoplà** » : Elzbieta - Éditions Pastel
- « **Au revoir Blaireau** » : Susan Varley - Éditions Gallimard
- « **La découverte de Petit-Bond** » : Velthuijs - Éditions École des Loisirs
- « **Le grand frère de mes rêves** » : Anne Auriot - Éditions Association l'Enfant sans nom-Parents endeuillés
- « **Falikou** » : Catherine Loëdec et Jörg - Éditions Le buveur d'encre, Bibliothèques de St Ghislain, Pâturages et Jemappes, 2006

À PARTIR DE 5 ANS

- « **Vieil éléphant** » : Laurence Bourguignon - Quaregnon, St Ghislain, Pâturages, Jemappes, Boussu, Mijade 2004
- « **L'étoile de Léa** » : Patrick Gilson - Bibliothèques de Boussu, Quaregnon, St Ghislain, Frameries, Quiévrain, Pâturages, Mijade 2004
- « **Pourquoi le petit éléphant rose devint triste et comment il retrouva le sourire** » : Monica Weitze - Bibliothèque de Boussu, 1999
- « **Un petit frère pour toujours** » : Marie-Hélène Delval - Éditions Bayard Poche, 2002



À PARTIR DE 6 ANS

- « **Eva et Lisa** » : Thierry Robberecht et Philippe Goossens - Éditions Père castor Flamarion, 2004
- « **Adieu Valentin** » : Marit Kaldhol, Bibliothèques de Mons, Jemappes, St Ghislain et Frameries

À PARTIR DE 8 ANS

- « **Véra veut la vérité** » : Nancy Huston - L'école des loisirs, Bibliothèques de Boussu, Jemappes, St Ghislain, Quaregnon, Pâturages, Frameries, 1994
- « **Pourquoi faut-il mourir un jour ?** » : Patricia Goralezky - Les essentiels milan junior (Pâturages)
- « **Max mon frère** » : Sigrid Zeevaert - Éditions Bayard poche. (Bibliothèques de Mons et Jemappes)
- « **Quelqu'un que tu aimais est mort...** » : Agnès Auschitzka et Nathalie Novi - Éditions Bayard
- « **Faut-il avoir peur de la mort ?** » : Christian Delacampagne - Éditions Brin de Philo
- « **La vie et la mort** » : Brigitte Labbé, Jacques Azam et Michel Puech - Milan, Les Gouters Philo, 2020

ADOLESCENTS

- « **Un été pour mourir** » : Lois Lowry - Éditions Duclot, 1982

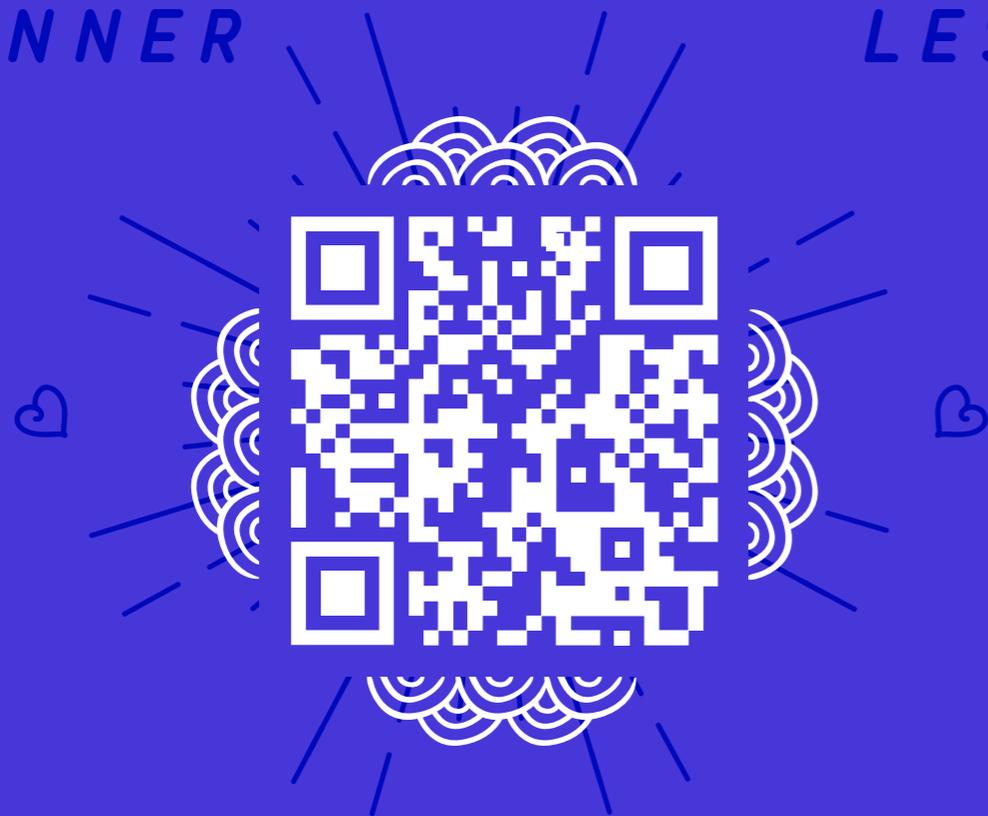
ADULTES

- « **Le bonheur en partant à dit qu'il reviendrait** » : Cindy Bouquemont - Editions Books on demand, 2020
- « **Dans ces moments là** » : Hélène Gérin - Editions Mille et une pépites, 2019
- « **Les pieds sur terre le cœur dans les nuages : Parce qu'aucun cœur n'est trop petit pour compter** » : Emilie Tranchier, 2021
- « **Et nous, les papas ?** » : Claire DECEZ, 2018

SCANNER



LES QR



VOTRE

FORMULAIRE

APPAREIL

CODE



AVEC



PHOTO

PLAYLIST DE L'AMOUR

MOBILE

LIENS UTILES



www.caf.fr

ameli.fr
www.ameli.fr/martinique

impots.gouv.fr
www.impots.gouv.fr/portail

OPÉRATEURS FINANCIERS



REMERCIEMENTS

Ce document a été édité grâce au soutien de :

Agence Régionale de Santé
CAF de la Martinique
GFA Caraïbes
Association Un Sourire Après Les Larmes

Christelle Forestier
Julie-Rose Bellerophon
Aurélia Gouyer
Orlane Oulma

DIFFUSION
www.zetwalansyel.com

RÉALISATION
www.moc-agency.com



