

NOS CONSEILS

- **Reconnaissez la perte et l'existence du bébé.**
Vous pouvez simplement dire : « Je suis désolé.e pour votre bébé » ou « Je pense à vous ».
- **Si les parents lui ont donné un prénom, n'hésitez pas à le prononcer.** Entendre le prénom de leur enfant peut leur montrer qu'il n'est pas oublié.
- Ne cherchez pas nécessairement à rassurer ou à donner une explication. **Écoutez sans comparer leur histoire à une autre.**
- Évitez les phrases comme : « Vous êtes jeunes », « Vous en aurez un autre », « C'était mieux maintenant », « La nature fait bien les choses » ou « Il faut passer à autre chose ».
- **Proposez une aide précise :** apporter un repas, garder les autres enfants, faire des courses, accompagner à un rendez-vous ou aider dans certaines démarches.
- **Respectez leur manière de vivre le deuil.** L'un des parents peut avoir besoin de parler tandis que l'autre préférera le silence ou l'action.
- **Continuez à prendre des nouvelles** après les premières semaines. Le soutien diminue souvent au moment où l'absence devient plus difficile à vivre.
- **Notez les dates importantes :** date prévue de l'accouchement, anniversaire, date du décès ou fêtes familiales. Un message à ces moments peut être précieux.
- **Respectez les souvenirs, les objets et les rituels** choisis par la famille, même s'ils sont différents de ce que vous auriez imaginé.
- **Ne prenez pas personnellement un refus, un silence ou une absence.** Les parents endeuillés peuvent avoir besoin de se protéger ou de s'isoler temporairement.
- **Acceptez vos propres émotions et demandez de l'aide** si vous en ressentez le besoin. Soutenir une personne endeuillée peut également être éprouvant.
- Vous n'avez pas besoin d'avoir les mots parfaits. **Une présence fidèle, respectueuse et régulière est déjà une aide précieuse.**



SIÈGE SOCIAL

18 rue Kann Ribanne
Quartier Dillon
97200 Fort-de-France



NOUS CONTACTER

Pour vous inscrire à notre newsletter
ou adhérer à l'association
contact@zetwalansyel.com

Rejoignez-nous sur les réseaux sociaux :

  Zétwal An Syèl

 @zetwalansyel

 www.zetwalansyel.com

 0696 20 17 33

SOUTENIR UN PROCHE ENDEUILLÉ

Vous ne pouvez pas effacer
sa douleur,
mais votre présence peut l'aider
à ne pas la traverser seule.



« An bouji limen pa ka pèd limié
si i ka sévi limen an lot »
E.sy Kennenga

QUI SOMMES NOUS ?

Née en octobre 2020, l'association Zétwal An Syèl a pour mission de sensibiliser, d'informer et d'accompagner les personnes touchées par le deuil périnatal en Martinique : parents, entourage proche et professionnels.

NOS MISSIONS

- ACCOMPAGNER LES FAMILLES
- SENSIBILISER
- INFORMER ET FORMER

NOS FINANCEURS



UN PROCHE A PERDU SON BÉBÉ, COMMENT PUIS-JE L'AIDER ?

Lorsqu'un bébé meurt pendant la grossesse, à la naissance ou dans ses premiers mois de vie, les proches peuvent se sentir démunis.

Vous avez peut-être peur de réveiller la douleur, de prononcer une parole maladroite ou de ne pas savoir quoi faire. Vous pouvez également être personnellement touché par la perte de ce bébé.

Il n'existe pas de phrase capable d'effacer cette souffrance. En revanche, une présence sincère, une écoute sans jugement et une aide concrète peuvent faire une réelle différence.

N'attendez pas que les parents vous demandent de l'aide. Dans les premiers jours comme dans les mois qui suivent, ils peuvent manquer d'énergie pour exprimer leurs besoins.

Zétwal An Syèl peut vous informer, vous conseiller et vous aider à trouver une juste place auprès de la famille endeuillée.

NOS DISPOSITIFS

ACTIVITÉS

L'association propose plusieurs activités aux familles. Des groupes de paroles, l'Apéro des Papas, des sorties familiales, des conférences et des ateliers. L'objectif de ces événements est toujours d'offrir aux familles endeuillées et aux professionnels des espaces bienveillants de paroles et de détente afin de favoriser un cheminement du deuil apaisé.

DES ÉVÈNEMENTS OUVERTS À TOUS-TES

Zétwal An Syèl propose souvent des activités ouvertes aux parents endeuillés et à leurs proches.

N'hésitez pas à y participer pour montrer votre soutien et votre présence.