

# Astuces pour soutenir des enfants endeuillés les jours spéciaux et pendant les fêtes

Il y a toutes sortes de jours spéciaux et de fêtes qui pourraient toucher les enfants endeuillés. Anticiper et reconnaître ces jours avec les enfants peut être un moyen d'encourager le partage et la communication pendant cette période difficile.

1

Parlez de et faites des projets pour les jours spéciaux à l'avance pour aider à gérer les sentiments qu'ils pourraient provoquer.

2

Rappelez aux enfants qu'être excité pour les fêtes et attristé par la perte en même temps est tout à fait normal.

3

Créez une nouvelle tradition en l'honneur de la personne qui est morte.

4

Partagez des souvenirs des fêtes passées/ jours spéciaux passés avec la personne qui est morte. Préparez et mangez leur plat préféré à leur mémoire.

5

Fabriquez une décoration de fête ou allumez une bougie à la mémoire de la personne qui est morte.

6

Soyez bénévole pour une marche/une course de bienfaisance pour honorer la personne qui est morte.

**CaringMatters, Inc.**

518 South Frederick Ave., Gaithersburg, MD 20877  
301-869-HOPE (4673) [www.CaringMatters.org](http://www.CaringMatters.org)

Cette fiche de conseils offre des informations éducatives générales, mais il ne faut pas qu'elles remplacent un avis professionnel. L'autorisation de reproduire et de distribuer ce document est par la présente accordée à condition que cet avis soit conservé sur tout exemplaire, que les exemplaires ne soient pas modifiés et que « Astuces pour soutenir des enfants endeuillés les jours spéciaux et pendant les fêtes »<sup>®</sup>, une propriété d'CaringMatters, Inc.<sup>®</sup>, soit attribué comme la source.

Cette fiche de conseils a été financée par une subvention de la New York Life Foundation. Elle a été produite par CaringMatters, Inc., en partenariat avec la ville de Rockville, EveryMind, Family Services, Inc., and les YMCA Youth and Family Services.