



Belgique – België  
P.P. - P.B.  
1300 WAVRE CENTRE  
BC31386



# LE LIEN ...

Périodique trimestriel, N° 11  
Avril, mai, juin 2012.

Bureau de dépôt: 1300 Wavre  
P911155

Editeur responsable: Martine DONCK  
Avenue René Gobert, 1180 Bruxelles

Expéditeur: Parents désenfantés  
20, rue des Fontaines, 1300 WAVRE

Le temps entre nos rencontres est parfois long. Pour vous accompagner dans des moments de solitude sur ce chemin si difficile, nous avons pensé partager avec vous ces textes, ces poèmes, ces musiques qui nous ont particulièrement touchés.

« Vous pouvez verser des larmes parce qu'il s'en est allé  
Ou vous pouvez sourire parce qu'il a vécu.  
Vous pouvez fermer vos yeux et prier qu'il revienne  
Ou vous pouvez ouvrir vos yeux et voir tout ce qu'il nous a laissé.  
Votre cœur peut être vide parce que vous ne pouvez le voir  
Ou il peut être plein d'amour que vous avez partagé.  
Vous pouvez tourner le dos à demain et vivre hier  
Ou vous pouvez être heureux demain parce qu'il y a eu hier.  
Vous pouvez vous souvenir de lui et ne penser qu'à son départ  
Ou vous pouvez chérir sa mémoire et le laisser vivre.  
Vous pouvez pleurer et vous fermer, ignorer et tourner le dos  
Ou vous pouvez faire ce qu'il aurait voulu :  
Sourire, ouvrir les yeux, aimer et continuer... »

*Proposé par Hélène, maman de Tiffany.*

« Ce que tu m'as donné, Julien, c'est la vie qui s'ouvre sur l'inconnu ...  
c'est le don infini d'être "Maman entre ciel et terre", c'est ton rire  
qui résonne en moi et tes bras autour de mon cou qui vivent à jamais. »

Ta maman

*Texte de Marie-Jeanne, maman de Julien*



« Il y a ce matin sur les arbres, les murs et dans le ciel,  
une lumière si tendre qu'elle semble s'adresser aux morts plus qu'à nous  
- à moins que ce ne soient les morts qui nous l'envoient,  
comme on écrit une lettre rassurante à des parents un peu inquiets. »

Christian Bobin

*Proposé par Catherine, maman de Simon*

« Aimez-vous.  
Aimez-moi.  
Si vous m'aimez, laissez-moi m'échapper.  
Si vous aimez vos proches, laissez-les s'écarter.  
Si vous aimez vos petits, laissez-les s'élever.  
Si vous aimez vos grands, laissez-les s'envoler.  
Si vous aimez vos défunts, laissez-les s'en aller.  
Aimez-vous.  
L'éloignement n'empêche pas la proximité.  
L'absence ne supprime pas la présence.  
L'écart n'interdit pas l'alliance.  
La solitude ne rejette pas la solidarité.  
Aimez-vous.  
Le silence n'interrompt pas la parole.  
L'ombre n'éteint pas la lumière.  
Aimez-vous les uns les autres.  
Allégez-vous les uns les autres.  
Inventez-vous les uns les autres.  
Elevez-vous.  
Grandissez-vous.  
Aimez-vous,  
C'est tout neuf.  
Aimez-vous,  
Et vous donnerez du fruit.  
Aimez-vous,  
Et vous goûterez la paix.  
Aimez-vous,  
Et vous mourrez la mort ;  
Aimez-vous,  
Et vous vivrez la vie.  
Aimez-vous,  
Et ma joie viendra vous caresser.  
Et cette joie, je vous le dis,  
Personne ne pourra vous l'ôter. »

Gabriel Ringlet

*Proposé par Martine, maman de Michaël*

Quand nous avons perdu notre fils Christopher le 4 août 2010, notre vie a basculé dans la douleur, l'horreur et l'incompréhension complète. Jamais je n'aurais imaginé dans mes pires cauchemars qu'une chose aussi horrible pouvait nous arriver. J'ai été si certaine que l'immense amour que je portais à mon enfant le protégeait des malheurs de la vie mais j'ai appris depuis ce drame qu'on ne connaît jamais à fond une personne même lorsqu'on est une famille aimante, soudée et proche comme la nôtre me semblait être. Je me rends compte maintenant que je vivais sur un petit nuage avant et la seule chose positive qui me reste de cette expérience inhumaine, c'est la certitude que je ne souffrirai plus jamais à un point pareil et ça donne une force pour me battre et trouver des raisons de continuer à vivre même sans lui surtout que J'ai l'énorme chance d'avoir deux magnifiques filles qui adoraient sans limite leur frère et qui sont aussi désemparées que moi et je me dois d'être là pour elles ; de me forcer à redevenir un peu la maman que j'étais avant.

Christopher s'est suicidé le 4 août sans même nous laisser une explication même si par la suite nous avons eu quelques indices quant aux problèmes éventuels qui auraient pu le conduire à cette décision. Il aurait pu être aidé mais malheureusement pour lui et surtout malheureusement pour nous, la personne à qui il s'est confié n'a pas pris son désarroi au sérieux et je me force aujourd'hui à ne pas trop penser à elle car je sais si bien que les pensées négatives ne font pas avancer que du contraire.

A l'occasion du premier anniversaire de la mort de Christopher, j'ai rêvé de lui et le lendemain j'avais des paroles qui tournaient dans ma tête sans cesse qui sont devenues les paroles de la chanson que j'ai écrite pour son mémorial que nous avons mis sur youtube.

Je sais que ça fait du bien à ses amis, à notre famille d'aller voir ces photos de temps en temps ; il n'y a pas de honte à pleurer, c'est que naturel ! L'amour fait tant de bien mais ça fait aussi parfois tellement mal. J'ai traduit les paroles en français mais vous pouvez aller voir l'original sur youtube avec les indications plus bas.

J'aimerais juste dire quelques mots à vous tous qui avez perdu un enfant, peu importe l'âge ou les circonstances, vous avez le droit de pleurer même des années après ; personne ne le remplacera jamais et on avance chacun à son rythme dans le long chemin de l'acceptation et la « guérison » ; je vous envoie à tous mes pensées pleines d'espoir, d'amour et je vous comprends tant.

*Anne Mc Keown, maman de Christopher*

## Chanson pour Christopher



Chris mon Amour,

Je n'arrive toujours pas à croire que ta vie s'est terminée comme ça  
Tu sais tu nous as laissés tous avec le cœur brisé ;  
on t'aimait tellement depuis ton tout premier jour ;  
Et le temps ne pourra jamais effacer le choc et la douleur de ce matin là où on a découvert ce qui a été fait et réalisé qu'on venait de perdre notre seul fils.

Chris mon Amour,

C'est incompréhensible pour nous que ce soit arrivé ;  
Si seulement nous avions su ce que tu vivais ; pensais-tu réellement que l'aide dont tu avais besoin allait venir de ceux qui le savaient ??????  
Et nous sommes abandonnés dans cet état de tristesse, mais nous essayons de pardonner pour ne pas vivre dans la haine, pourtant pour nous c'est si pénible car on sait maintenant qu'ils ont joué avec ton cerveau et ton cœur.

Chris mon Amour,

Nous sommes absolument convaincus que tu ne voulais pas réellement cette fin.  
C'est si triste que ton avenir et nos vies soient ruinés ;  
mais tu sais qu'on appelait ça « l'effet papillon »

Alors mon Amour avec cette chanson je veux juste te dire qu'on ne t'oubliera jamais, pas un seul jour

Tant aimé par tes vrais amis et ta famille, tu pourras maintenant reposer en paix, loin de tes angoisses, de ta culpabilité et de ta douleur

Tu es libre mon fils

Lien de la chanson : <http://www.youtube.com/watch?v=zekj3FkCxVc>

ou allez sur youtube.be et tapez Christopher Cambiolo Memorial

Extrait de « Enfance » j'ai l'âge de vivre

« L'enfant que nous avons été  
Est un guide, une résonance de nous-mêmes  
Et il suffit de s'harmoniser de nouveau avec lui  
Pour retrouver cette joie qui nous habitait :  
La vérité toute simple d'Etre. »

*Proposé par Martine, maman de Michaël*



« Vis l'épreuve que tu traverses  
Comme une chance de te transformer  
Et de devenir meilleur.  
Saisis-la, surtout,  
Ne la laisse pas passer. »

*Marie-France ayant perdu son fils de 21 ans  
d'un accident vasculaire cérébral.*



« Un simple geste d'attention,  
Une parole partagée,  
Une écoute fraternelle  
Ce sont des lumières dans nos vies. »

Daniel détenu à Mulhouse  
*Textes proposés par Danièle, maman de France*



« Autant je ne crois pas avoir souffert véritablement du fait que mon père appartienne à tout le monde, autant je ne voulais pas partager ma sœur. Un jour, ma mère a décidé que, tous les ans, il y aurait une marche aux alentours de la date anniversaire de sa mort.

Tu parles d'une idée magnifique ! Passer le jour le plus douloureux de l'année avec des gens que je ne connaissais ni d'Eve ni d'Adam et qui allaient me demander comment ça allait, me dire que la marche et le concert étaient géniaux et que Laurette aurait adoré... Sans compter les artistes qui venaient là ce jour-là faire la promo de leur dernier single, qui n'avaient pas la moindre idée de ce que sont les plaquettes ou la moelle osseuse, et qui n'ont jamais fait un don par peur des piqûres.

Je ne mets pas tout le monde dans le même panier pour autant, bien sûr ? Et je remercie les artistes qui sont là depuis dix ans par simple générosité d'âme. Oui, ça existe.

Bref, mon combat à moi a été d'être à la fois fière de ce que faisait ma mère et d'accepter qu'elle soit avant tout la présidente de l'association Laurette Fugain avant d'être ma maman et la grand-mère de mes enfants. Honnêtement, je ne sais pas si j'ai réussi. En fait, je suis surtout fière de ma sœur. La seule héroïne dans cette histoire, c'est elle. La vraie victime, c'est elle ! »

« En attendant, Alexis et moi devons nous débrouiller seuls, avec d'un côté mon père qui ne supportait plus de vivre entouré des photos de sa petite fille disparue partout dans la maison, et de l'autre ma mère qui, tous les matins, allumait une bougie sous un poster de Laurette. »

« Je ne fais pas ici le procès de ma mère ni celui de mon père, je veux juste leur dire que depuis que Laurette s'est envolée, il reste sur cette Terre un frère et une sœur qui ont encore plus besoin que n'importe qui de l'attention de leurs parents. »

Extraits du livre : *Moi, on ne m'a jamais demandé comment j'allais...*

*De Marie Fugain, sœur de Laurette décédée en 2002*

Livre disponible à la bibliothèque de l'association.

Ceux qui sont morts ne sont jamais partis :  
Ils sont dans l'ombre qui s'éclaire  
Et dans l'ombre qui s'épaissit.  
Les morts ne sont pas sous la terre :  
Ils sont dans l'arbre qui frémit,  
Ils sont dans le bois qui gémit,  
Ils sont dans l'eau qui coule,  
Ils sont dans la case, ils sont dans la foule.  
Les morts ne sont pas morts. »

Binago Diop

*Proposé par Marie-Jeanne, maman de Julien*



Que nos enfants tant aimés,  
Sûrement heureux ensemble  
Continuent à nous faire signe  
Et gardons grands ouverts nos cœurs  
Pour les percevoir  
Toujours.

*Soirée d'échange du 28 avril 2012 avec Ghislaine Longevial, psychothérapeute.*

Les bouquets de printemps illuminés par toutes les petites flammes posées sur un plateau doré, voilà la première image de cette soirée. Un tableau de douceur ! Nos enfants sont présents, on dirait qu'ils veillent face à notre assemblée de parents venus écouter Ghislaine. Nous cherchons des mots, pour nommer l'innommable, nous cherchons un fil pour tisser du lien, nous cherchons un témoignage pour comprendre le chemin, ... nous sommes tous à la recherche de quelque chose et une chose nous rassemble, la mort de notre enfant.

Ghislaine ouvre la discussion avec ces mots « **J'ai pas tout dit, j'ai pas tout fait** ». Elle nous explique comment ce cahier de comptabilité se remplit après la mort d'un enfant, par quel processus les pages de remords s'alignent les unes derrière les autres. « J'aurais dû faire ceci » « J'aurais dû être ou dire cela » ces petites phrases sont animées par notre besoin de contrôler les événements. Des phrases comme : « Si seulement, je lui avais interdit de monter sur cette moto, ... » nous renvoie à notre désir de toute puissance. Et « Si je pouvais revenir en arrière, je ferais ceci... », qui traduit notre désir de marchandage avec le destin. Toutes ces idées viennent alimenter notre sentiment de culpabilité.

Ghislaine explique que la culpabilité est un amortisseur de choc. Le choc de la mort est tellement violent que la culpabilité vient s'interposer entre nous et la réalité qu'il faut intégrer. Le sentiment d'avoir trahi ou failli par rapport à la survie de son enfant, nous renvoie à une image de nous-mêmes du type « Je ne suis pas digne d'amour et de respect, je l'ai abandonné, j'ai échoué, je n'ai pas su le protéger de la mort ».

Sur ce très douloureux chemin, l'écoute de l'entourage diminue avec le temps et le vécu de l'endeuillé s'en ressent « Je suis un fardeau pour les autres. » Certaines personnes s'enferment alors complètement, ils ne parlent plus et les « maux » remplacent les « mots ». L'agressivité face aux autres « Je ne supporte pas le bonheur des autres » crée aussi de l'isolement. D'autres font beaucoup de choses pour éviter de penser, c'est le « sur-activisme ».

Pour sortir de ce cercle vicieux, il faut quelqu'un qui puisse accuser réception de cette culpabilité. Cette écoute peut se trouver auprès d'un groupe de paroles, d'un ami, d'un thérapeute.

## Ghislaine témoigne de quelques idées, attitudes ou réponses aidantes :



- « Je n'ai aucun pouvoir de vie ou de mort sur mon enfant » cela renvoie au sentiment d'humilité.
- « Si votre fils ou votre fille était là, qu'est-ce qu'elle vous dirait ? ». L'enfant qui n'est plus là, peut revivre intérieurement, il est nécessaire de lui donner une place.
- Ecrire une longue lettre à son enfant, en lui expliquant cette culpabilité. La lire à une tierce personne, qui va devenir le témoin. Cet exercice permet de sortir de l'anesthésie par la parole.
- Faire un rituel tous les soirs pour retrouver son enfant. Par exemple : mettre son pull et lui parler, etc.
- Etre doux avec soi-même et avec les autres. « J'ai perdu mon frère, j'ai perdu aussi mes parents, car l'enfant mort prend toute la place. » Est-ce que notre enfant mort souhaiterait que nous nous privions de tous les plaisirs de la vie ?
- Les autres enfants et les grands-parents ont aussi le droit d'être entendus dans leur chagrin. Il est important de rappeler aux enfants que ce n'est pas à cause d'eux, et que s'ils se sentent délaissés, qu'ils le disent, il est important qu'ils se sentent autorisés à venir demander de l'attention et à dire leur colère.
- « Mon enfant était unique, ma relation avec lui était unique, mon deuil est unique ».
- L'important est d'arriver à dissocier le passé (ses vieilles casseroles) et le deuil et la souffrance actuels qu'il faut continuer à traverser.
- Ghislaine nous conduit vers la fin de son exposé avec des mots d'espoir et d'encouragement. Elle parle non pas de « faire son deuil », mais de « Réaliser son deuil ». Je me rends compte de ... Ce qui implique aussi une dimension de création, « Je réalise... » quelque chose à partir de mon vécu de deuil. Ghislaine rappelle aussi qu'on ne peut compter que sur soi par rapport à sa propre peine. « Je suis responsable de faire des jours qu'il me reste, quelque chose de digne, qu'il ou elle aurait voulue ». Etre responsable de soi-même, c'est prendre soin de soi, car les autres ne le feront pas. Le deuil est un chemin sans fin, dit-elle, « Ce deuil a fait de moi, quelqu'un qui va avancer différemment sur le chemin de la vie, sur lequel se trouvent des bornes d'humilité et d'indulgence. »

La soirée s'est achevée aux travers d'échanges riches et touchants entre les parents et avec Ghislaine. Un chaleureux merci à Ghislaine pour être venue semer des mots d'espoir, et pour nous avoir donné accès à une lecture intelligente et sensible du vécu du deuil.

*Laetitia, maman de Victoria*

« Quand un apiculteur meurt,  
Il faut le dire à ses abeilles,  
Elles ont le droit de le savoir.  
Inutile de leur raconter  
Qu'il est parti pour un long voyage ;  
Inutile de faire semblant  
Que c'est une bonne nouvelle ;  
Inutile de prétendre qu'il est au ciel  
Et s'amuse avec les anges.  
On ne sait pas.  
Ça on peut dire aux abeilles qu'on ne sait pas.  
On peut aussi leur dire qu'on est triste,  
qu'on pense à lui tout le temps et qu'il nous manque.  
Et puis qu'on ne sait pas quoi faire de ses mains,  
de ses mots, on ne sait plus où poser tout ça,  
à quoi ou à qui ça peut encore servir si ce n'est plus à lui.  
C'est comme si on avait perdu le mode d'emploi. »



« Il faut leur dire  
Que c'est bizarre pour nous aussi  
Que tout continue comme avant,  
Le soleil, la pluie, le matin puis la nuit.  
Et le grand lit aussi.  
Il faut le dire aux abeilles,  
Elles peuvent comprendre,  
Il n'y a pas de raison.  
Elles peuvent aussi comprendre qu'un beau jour  
Les choses changent autour de nous.  
De petits changements de rien du tout.  
Un beau jour on chantonne à nouveau  
Dans la cuisine ;  
Un beau jour on a très faim  
Alors on prépare un gâteau au chocolat ;  
On ouvre la fenêtre pour mieux entendre la pluie ;  
On parle pour rien aux oiseaux dans les arbres.  
Et puis on rit aussi pour rien,  
Pour quelque chose d'un peu bête  
Qu'on a entendu à la radio.  
Alors on met une jolie robe  
Et on sort dans la rue,  
On va au-devant du jour qui commence.  
Et ça, on se souvient que ce n'était plus arrivé  
Depuis longtemps. »

Extraits de « Il faut le dire aux abeilles »

De Sylvie Neeman.

*Livre pour enfants disponible à la bibliothèque de l'association  
Et que nous avons lu aux enfants lors d'un atelier Tournesol.*

## **Survivre à la mort de son enfant, qu'on avait confié à une collectivité. Un calvaire. Une mère « désenfantée » raconte sa lente reconstruction.**

Survivre à la mort de son enfant, qu'on avait confié à une collectivité. Un calvaire.  
Une mère « désenfantée » raconte sa lente reconstruction.

Témoignage de Gwenaëlle Ansieau, dont la fille Eléonore est décédée en juillet dernier, accidentellement, pendant son camp de lutins. Eléonore avait 10 ans. Gwenaëlle raconte cette douleur de parents privés de leur enfant. Et l'importance capitale du soutien des proches.

### **Le choc**

« Le décès d'Eléonore, ce fut d'abord cet appel sur le portable de mon mari, à 21 h 30, le 22 juillet. J'ai tout de suite compris qu'il se passait quelque chose d'anormal, j'essayais de lui poser des questions, mais il était incapable de parler. J'ai pris son téléphone, et j'ai demandé "Qui êtesvous ?" J'ai entendu "Vous êtes la maman d'Eléonore ? Votre fille est décédée. Elle n'a pas souffert." En quelques secondes, notre équilibre familial, nos projets, notre avenir volaient en éclats. Curieusement, pas un instant je n'ai douté de l'authenticité de ce coup de fil. Je ne réalisais pas encore tout ce que ça voulait dire, mais je savais que c'était vrai. Nous étions en France, c'était la première fois que nous prenions cinq jours de vacances à deux, depuis treize ans. On a pris la route tout de suite. Je ne sais pas comment j'ai réussi à conduire ces 900 kilomètres, sous la pluie, de nuit, sans craquer. La tragédie de Sierre nous a replongés dans ces premières minutes, ces premières heures après l'annonce du drame. Comme nous, ces familles ont laissé partir leur enfant, et les voilà face à une épreuve qui bouleverse leur vie. »

### **L'épuisement**

« Dans les mois qui suivent, on vit en pilotage automatique, comme détaché du monde environnant. Comme si on faisait semblant d'exister. On se sent terriblement diminué physiquement, intellectuellement et psychologiquement. C'est très frustrant. On se découvre des limites, et on comprend vite qu'on n'a pas le choix : on doit les respecter. Au quotidien, tout demande un effort, et c'est épuisant : sortir en essayant de ne pas pleurer, croiser des gens dans la rue, faire les gestes du quotidien, préparer un repas, sans parler de tout ce qu'il y a à faire au niveau administratif, etc. Intellectuellement, c'est comme si la mort de l'enfant occupait tout l'espace : on a beaucoup de mal à se concentrer, à lire, à suivre une conversation.

On décroche tout le temps, on est ailleurs. Il m'arrive de discuter avec quelqu'un, en donnant l'illusion d'écouter, en souriant, mais je suis en train de penser : "Ma fille est morte, comment vais-je m'en sortir ?" Et chaque nuit, depuis huit mois, ma fille apparaît dans mes rêves, comme d'autres personnages réels ou non : même dans le rêve, je sais qu'elle est morte, et je m'interdis de me réjouir qu'elle soit là, je m'interdis de lui parler, de l'embrasser. Je me réveille très tôt, fatiguée, avec une tristesse énorme. »

### **Le manque**

« La douleur, le manque sont omniprésents, presque physiques, comme un nœud dans le ventre. Par moments, sans prévenir, ils vous submergent. Ça peut m'arriver chez moi, dans la rue, en voiture, au supermarché. C'est aussi la vue d'une photo d'elle, souriante, ou de son piano, de ses dessins, ses bracelets, ses peluches. C'est difficile, également, de voir grandir les amis d'Eléonore, d'écouter leurs projets, d'imaginer leur avenir. Pour elle, c'est fini. Ce sentiment d'injustice est très dur. J'ai vu les photos d'Eléonore prises pendant le camp. Elles ont été particulièrement douloureuses à regarder. Je ne pouvais pas m'empêcher de penser : "Je n'étais même pas là pour les quatre derniers jours de vie de ma fille." Elle était en parfaite santé, heureuse, positive. Je me souviens, elle venait de temps en temps près de moi pour me dire tout simplement : "Maman, tu sais, j'aime ma vie !" Au début, on ne prend pas pleinement conscience de ce que la mort veut dire. C'est petit à petit, mois après mois, qu'on réalise à quel point notre vie est bouleversée, qu'on comprend que l'absence est définitive. Il faut vivre avec. Mon inconscient, lui, essaie encore d'intégrer sa mort. Je me surprends parfois à penser, pendant une demi-seconde, que, le soir venu, je lui raconterai telle ou telle chose. »

### **Les autres**

« Sans le soutien de nos proches, je ne sais pas où nous en serions. Nous avons eu l'immense chance d'être très entourés, dès le début, et encore maintenant. Je souhaite de tout coeur aux familles du drame de Sierre de pouvoir compter sur une telle solidarité. Tous les gestes, toutes les manifestations d'empathie, de soutien, sont les bienvenus. Un petit mot écrit, un repas qu'on vous dépose, un coup de fil pour proposer un café, une balade, un cours de yoga... Tout est bon. Certains sont plus doués que d'autres pour parler, dans des moments si difficiles. Mais surtout, il ne faut pas hésiter à se manifester. J'ai entendu l'un ou l'autre me dire : "J'ai peur d'être maladroit." Il n'y a pas de maladresse, on est au-delà de ça. Tout ce qui vient du coeur nous fait du bien. Parce que le pire, c'est le silence, faire comme s'il



ne s'était rien passé, alors que, pour nous, le monde s'est écroulé. Dire simplement: "Je pense à toi" est déjà énorme. A chacun de s'exprimer selon sa sensibilité, sa personnalité. Toutes les petites attentions tombent juste. Avant Noël, une amie m'a proposé d'aller ensemble acheter notre sapin de Noël. Bien sûr, c'aurait été difficile pour moi d'y aller seule. Une autre nous dépose chaque dimanche matin des croissants dans la boîte aux lettres. Certains n'hésitent pas à nous faire signe pour un souper entre amis. Et c'est vraiment sympa. Une autre encore, qui habite loin, m'écrit régulièrement, en envoyant un poème, un beau texte. Plusieurs m'ont proposé de ranger les affaires de ma fille.

L'école (le collège Saint-Michel de Bruxelles) a tout fait pour nous faciliter la vie, au moment de l'enterrement, à la rentrée. Mais des inconnus se sont également manifestés, en nous écrivant. C'est d'ailleurs très touchant de sentir que, sans nous faire part de leurs sentiments, j'ai aussi été contactée spontanément par des mères ayant perdu un enfant. Ces rencontres ont été très fortes et très importantes pour moi, elles m'ont aidée. Ce soutien est essentiel et, dans la mesure du possible, il doit s'inscrire dans la durée. Ce n'est pas en trois semaines, ni même en six mois, qu'on reprend pied. »

### **La vie**

« Nous ne sommes plus les mêmes. C'est une remise en question énorme. Soudain, on prend conscience de notre fragilité. On désire alors se recentrer, aller à l'essentiel, revoir nos priorités, nos relations aux autres. On cherche le sens de notre vie. S'il y a quelque chose de positif à trouver dans ce drame, c'est bien cela. Un soutien psychologique est bien sûr approprié. Mais chacun doit trouver les outils qui lui conviennent. Il faut savoir s'écouter. Il existe aussi des associations pour parents ayant perdu un enfant. Pour moi, c'est particulièrement important de se retrouver avec des gens qui ont vécu la même chose, même si les histoires de chacun sont différentes. On peut parler en toute liberté, on se comprend, il y a une dimension en plus par rapport à l'écoute des amis proches. Parfois, nos réactions, nos pensées, face à cette mort si injuste, sont déconcertantes. On se demande alors si on est "normal". Par l'association, on se sent compris, donc rassuré. Il y a une écoute, une solidarité quasi tangibles. » ●

*Article paru dans le Vif*

## A vos agendas:

### ➤ Nos prochaines rencontres auront lieu:

- **A Wavre:** le samedi 22 septembre de 14h à 18h30'  
Au 20 rue des Fontaines - 1300 Wavre
- **A Charleroi:** le vendredi 31 août de 19h à 21h30'  
A « La casa Locale »  
Cité Chapeveyer, Bloc 400 à 6200 Châtelet  
Contact: Lucia Desimio: 071 38 93 60
- **A Liège:** le samedi 15 septembre de 14h à 18h30'  
A la « Maison du social »  
rue Beeckman, 26 à Liège  
Contact: Marie-Anne Hallet: 04 263 25 27

Les rencontres de deuil après suicide auront lieu aux mêmes dates et aux mêmes endroits dans un groupe distinct.

**Balade pour tous et goûter-souper  
organisée par Marie-Claire Barthélemy  
du groupe de Charleroi  
le dimanche 4 août à Floreffe**

### ➤ Notre atelier bijoux:

« Sur un fil » a lieu 2 fois par mois, le lundi de 10h30' à 15h à Wavre.

INFO: Anne-Marie Pierard: 010 22 50 56 ou Martine Donck: 02 366 41 11

« Que les bons souvenirs restent vivants  
Dans les moments de tristesse  
Comme l'oiseau qui chante sous la pluie. »

*Manu Keirse « Faire son deuil, vivre son chagrin »*



*Nous remercions toutes les personnes qui nous ont envoyé des textes,  
poèmes ou citations.*

*N'hésitez pas à vous exprimer ou à nous faire part des écrits qui vous ont  
touchés et que vous désirez partager avec d'autres parents.*

*Dany, Danièle, Martine, Catherine*

**RAPPEL:** Adresse e-mail: [parentsdesenfantes@scarlet.be](mailto:parentsdesenfantes@scarlet.be) • Tél. 010 24 59 24  
**Contact à Liège:** Marie-Anne Hallet • tél. 04 263 25 27 • [parents.liege@gmail.com](mailto:parents.liege@gmail.com)



*Parents désenfantés*

*a.s.b.l*