

PARTIE 4 : ALLEZ CHERCHER DU SOUTIEN

De nombreux services et ressources sont accessibles pour vous accompagner et vous aider à traverser cette période de deuil. Nos équipes ont identifié différentes ressources ci-dessous, mais n'hésitez pas à demander des références autour de vous ou à faire des recherches.

- Le programme d'aide aux employés de votre employeur pourrait vous permettre un suivi psychologique individuel, et ce, gratuitement. Informez-vous auprès de votre service des ressources humaines
- En tout temps, vous pouvez communiquer avec le service d'accueil psychosocial de votre CLSC : <https://santemonteregie.qc.ca/est>
- Pour trouver un psychologue ou un travailleur social, consultez les sites internet des ordres professionnels :
 - Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec : <https://www1.otstcfq.org/>
 - Ordre des psychologues du Québec : <https://www.ordrepsy.qc.ca/>
- Centres de crise 24 h/24, 7 j/7 – Gratuit
Région de Longueuil : Centre de crise l'Accès 450 679-8689.
Région de Saint-Hyacinthe : Contact Richelieu-Yamaska 450 774-6952
- Fondation Portraits d'Étincelles
 - Organisme à but non lucratif
 - Photographie pour l'accompagnement en deuil périnatal
 - Service gratuitPour les trois réseaux locaux de services soit, les régions de Longueuil, Saint-Hyacinthe et Sorel.
450 230-7406 ou info@portraitsdetincelles.com
- Il existe également différents groupes de soutien pour les parents qui vivent le deuil d'un enfant. Vous pouvez faire des recherches sur ce qui est offert à proximité de votre domicile ou téléphonez au 450 468-8111 poste 82309. Une intervenante vous rappellera dans les 48 heures. Voir la page suivante pour des suggestions de groupes

- **Groupes de soutien francophones :**

MAM-Autour de la maternité, groupe «Dans la mémoire du cœur», Longueuil et Saint-Hubert: pour vous inscrire, téléphonez au 450 904-1458

Le Berceau, Beloeil - Pour vous inscrire, communiquez avec Anne-Sophie Delsart au 450 446-7760

CLSC Vaudreuil-Dorion (groupe Parole aux anges). Pour vous inscrire, téléphonez au 450 455-6171, poste 70345

Les amis du Crépuscule, Saint-Hyacinthe, pour vous inscrire : 450 252-2737

Maison Famille à Cœur, Saint-Jean-sur-Richelieu. Pour vous inscrire : 450 346-1736 poste 233 ou crp@familleacoeur.qc.ca

- **Groupes de soutien anglophones :**

Healing together : West Island Women's center, Pointe-Claire, rencontres pour femmes seulement 514 781-8529

NDG Reproductive Loss Center: Kathleen Gray, Downtown Montréal 514 486-6708

Compassionate Friends 514 482-6231

- **Sites Internet pour faire des recherches**

<https://www.chusj.org/soins-services/C/complications-de-grossesse/Deuil-perinatal-mort-perinatale/jour-ou-tout-bascule/deuil-perinatal>

<http://www.premaquebec.ca/fr/services/soutien-cas-de-deuil/>

www.nospetitsangesauparadis.com

Site complet pour clavardage et témoignages

www.parentsorphelins.org

Divers sujets et activités sur le deuil périnatal, ligne d'écoute téléphonique

- **Propositions de lectures sur le deuil**

En français :

Les rêves envolés : Traverser le deuil d'un tout petit bébé, Suzy Fréchette-Piperni, Éditions de Mortagne, 2005, 463 pages

Décès périnatal : Le deuil des pères, Francine Demontigny, Chantal Verdon, Jici lord-Gauthier, Christine Gervais, Les éditions CHU Sainte-Justine, 2017

Au-delà des mots, Recueil sur le deuil périnatal, Sarah Bachand et Caroline Labrie, Les publications du Québec, 2011, 127 pages

Fausse couche, vrai deuil, Isabelle Clément et Manon Cyr, Les éditions caractères, 2013, 232 pages

Quand la grossesse ne tourne pas rond, sous la direction de Josiane Simard et Géraldine Zaccardelli, avec la participation de Dr Ian Brochu, obstétricien et de Johanne de Montigny, psychologue clinicienne, Les éditions Québec Amérique, 2018, 175 pages

Je pleure mon bébé, Louise Désaulniers, Société scientifique parallèle, 2004, 108 pages

Lorsque la vie éclate : Impact de la mort d'un enfant sur la famille, Francine Demontigny et Line Beaudet, Les Éditions ERPI, 1997, 472 pages

De l'autre côté des larmes, Guide pour une traversée consciente du deuil, Suzanne Pinard, Éditions de Mortagne, 1997, 198 pages

Dans ces moments-là, deuil périnatal, Hélène Guérin et Aline Gautreau, Bookelis, 2019, 324 pages

En anglais:

Healing Together (for couple whose baby dies), Marcie Liste and Sandra Lovell, Centering Corporation resource, 1991

When a baby dies (a Handbook for Healing and Helping), Rana K. Limbo and Sara Rich Wheeler, Bereavement Services, 1998, 159 pages

When Hello Means Goodbye (a guide for parents whose child died before birth, at birth or shortly after birth), Pat Schwiebert, Perinatal Loss, 1998, 53 pages

More than Surviving, caring for Yourself while You Grieve, Kelly Osmont, Centering Corporation resource, 1990

Our baby died...Why? Jake Erling (journal and workbook for children), A place to Remember, 1998, 34 pages

- Références sur le deuil en général

Aimer, perdre et grandir, Jean Montbourquette, Éditions de Richelieu, 1983

Le deuil : comment y faire face? Comment le surmonter?, Nadine Beauteac, Paris, Éditions du Seuil, 2002

Le deuil au jour le jour, Christophe Fauré, Éditions Albin Michel, 1995

Les saisons du deuil, Josée Jacques, Éditions Québecor, 2002

Quand le deuil survient : 80 questions et réponses, Roger Régnier et Line Saint-Pierre, Éditions Science et culture, 2000

Revivre après l'épreuve, Bob Deits, Éditions Québecor, 2001