

# Soutien aux enfants et aux jeunes dont un proche est malade



resiliam

**Resiliam aide les enfants  
à mieux vivre la maladie  
d'un membre de leur famille.**

**Nous aidons aussi les parents  
à trouver les mots justes pour  
en parler à leurs enfants.**



## Quelles sont les conséquences pour l'enfant ?

Lorsqu'un proche est gravement malade, la vie des enfants est bouleversée. Les séparations fréquentes, dues aux hospitalisations, perturbent leur quotidien.

Ils peuvent avoir de la peine à s'endormir, à se concentrer à l'école, développer de l'anxiété et d'autres signes de détresse.

### Tout petits

Les plus petits ont du mal à comprendre et exprimer verbalement ce qu'ils ressentent. Leur mal-être émotionnel se manifestera plutôt par des plaintes physiques et des problèmes de sommeil.

### 7 ans

Jusqu'à 7 ans environ, les enfants peuvent se sentir responsables de la maladie de leur proche et développer des sentiments de culpabilité.

### Ados

Les adolescents sont particulièrement touchés par la maladie d'un proche, ils auront tendance à se désinvestir de leurs activités et s'isoler socialement.

## Quels sont les besoins des enfants ?

Obtenir des explications sur la maladie, comprendre ce qui se passe

Bénéficier d'un espace pour exprimer leurs émotions

Avoir une communication fluide et honnête au sein de la famille

Partager leur expérience avec des enfants qui vivent une situation similaire

S'exprimer par d'autres moyens que la parole, en s'appuyant sur le jeu, le mouvement, les activités créatrices

## Comment parler de la maladie aux enfants ?

Parler de la maladie à ses enfants est difficile et peut faire peur. Dans un contexte où on ne sait pas ce qu'il peut advenir, il est difficile de savoir quelle quantité d'informations donner à ses enfants. Voici quelques pistes pour vous aider à en parler :



**Faites-vous confiance. N'oublions pas que vous, parents, restez les mieux placés pour connaître les besoins de vos enfants.**

Dire la vérité en nommant la maladie

Donner des explications en utilisant des mots simples, adaptés à l'âge, sans donner trop de détails

Rassurer sur le fait que ce sont des maladies non contagieuses et que les enfants n'en sont pas responsables

Ne pas anticiper les questions

Tout au long du parcours, tenir informé en restant le plus proche de la vérité

Donner l'opportunité aux enfants d'aller à l'hôpital en expliquant comment ils vont trouver leur proche

Si l'espoir s'amenuise, dire que la maladie a été plus forte que les traitements

Solliciter l'entourage, trouver une personne ressource si besoin

Dans la mesure du possible, essayer de maintenir un cadre sécurisant (*heure du coucher, rituels...*)

Chaque membre de la famille a un rythme propre, des réactions différentes : essayer de respecter les besoins et valoriser les forces de chacun



« Je croyais que c'était ma faute si mon papa s'énervait facilement. Maintenant je sais que je n'y suis pour rien. C'est à cause de son traitement. »

Thomas, 7 ans

## Comment Resiliam peut vous soutenir ?

Face à ces bouleversements, chaque famille trouve ses propres solutions. Mais le défi est immense et un soutien est parfois bienvenu. Resiliam est à vos côtés pour vous aider à traverser cette épreuve. Nous offrons un espace pour aborder les émotions, identifier les besoins et mobiliser les ressources de chacun :

Suivi en famille et/ou en groupe pour les enfants

Accueil dans nos locaux, à l'hôpital ou à domicile lorsque la situation médicale le nécessite

Accompagnement par des infirmières et des psychomotriciennes

**Toutes nos prestations sont gratuites pour les familles.**

## A propos de nous

Resiliam offre un soutien préventif aux enfants dès la naissance et jusqu'à 24 ans lorsqu'ils ont un proche malade, décédé ou un frère ou une sœur en situation de handicap.

## Nous contacter

Pour des conseils par téléphone ou prendre rendez-vous, contactez-nous sans hésiter.

Nous nous engageons à reprendre contact avec vous sous 24h.

**resiliam**

Association Resiliam  
Rue de la Fontenette 23  
1227 Carouge  
022 342 31 59  
[info@resiliam.ch](mailto:info@resiliam.ch)  
[www.resiliam.ch](http://www.resiliam.ch)



Retrouvez sur notre site internet plus d'informations sur nos prestations, ainsi que des conseils de lecture et des ressources pour aller plus loin.



**Resiliam vit de dons.  
Merci pour votre soutien!**

IBAN CH68 8080 8001 3141 7932 4