@Cyann Perriolat



Bibliographie autour de la mort, du deuil et de l'absence





Dernière modification : 23/10/2026

Bibliographie autour de la mort, du deuil et de l'absence

Élaborée par Ingrid Stadelmann, Psychologue et Cyann Perriolat, Bibliothécaire jeunesse.

À destination des enfants, adolescent.es, parents, adultes et professionnel.les

Pourquoi cette bibliographie ?
La mort et le deuil font partie de la vie, et pourtant ils demeurent souvent difficiles à aborder. Les adultes eux-mêmes se sentent parfois démunis lorsqu'il s'agit de répondre aux questions des enfants ou d'accompagner leur chagrin.
Au fil de ma pratique de psychologue, de mes formations en psychotraumatologie et de mon travail auprès d'adolescent·es et d'adultes confrontés à la perte d'un proche, j'ai pu constater combien les livres permettent souvent d'aborder ce qui semble indicible. Ils aident à mettre des mots sur les émotions, à comprendre certaines réactions, à ouvrir le dialogue et à se sentir moins seul face à l'absence.
Ils offrent également aux familles des supports concrets pour parler de la mort avec sincérité, tout en respectant l'âge et le rythme de chacun.

Cette bibliographie est également née de nombreuses demandes de parents, de patient·es et de professionnel·les à la recherche de **ressources pour accompagner un enfant ou un adolescent confronté à un deuil, qu'il s'agisse de la perte d'un parent, d'un grand-parent, d'un frère ou d'une sœur, d'un ami, d'un animal de compagnie ou encore d'un deuil périnatal.**

Avec ma fille Cyann, bibliothécaire jeunesse, nous partageons depuis longtemps l'amour des mots et des livres. C'est de cette rencontre entre nos sensibilités et nos expériences qu'est née l'idée de proposer cette bibliographie dans mon cabinet « Pousses de Soi ».

Cette sélection a été pensée pour mettre à disposition des ressources fiables, accessibles et adaptées aux différents âges, dans un cadre d'écoute, de soutien, de compréhension et d'accompagnement du deuil. Les livres ne font pas disparaître le chagrin. Mais ils peuvent nous aider à le comprendre, à le partager et à cheminer avec lui.

Les ouvrages sélectionnés abordent :
- les questions que les enfants et les adolescent·es peuvent se poser autour de la mort ;
- les différentes formes de deuil ;
- la perte d'un parent, d'un grand-parent, d'un frère ou d'une sœur ; d'un.e ami.e
- le deuil périnatal ;
- la perte d'un animal de compagnie ;
- le suicide ;
- les émotions liées à l'absence, au manque et au chagrin ;
- ainsi que les chemins possibles de reconstruction et de continuité du lien avec l'être disparu.

Les ouvrages présentés peuvent être retrouvés en librairie, en bibliothèque ou sur internet.
Vous trouverez également, à la fin de ce livret, une sitographie permettant d'aller plus loin et de s'informer davantage sur ces questions.

Cette bibliographie n'a pas vocation à être exhaustive. N'hésitez pas à nous recommander d'autres références sur ce thème, directement à la fin du livret ou par mail à : contact@poussesdesoi.fr

Sommaire et abréviations

Page 4 : Pour les enfants de 0 - 3 ans

Pages 5-12 : Pour les enfants de 4 - 6 ans

Pages 13-19 : Pour les enfants de 7 - 10 ans

Pages 20-21 : Pour les enfants de 11 - 13 ans

Pages 22-25 : Pour les ados à partir de 14 ans

Pages 26-32 : Pour les adultes et professionnel.les

Pages 33-34 : Sitographie

Ces abréviations permettent d'identifier rapidement les thématiques principales des ouvrages présentés dans cette bibliographie.

Il a pour objectif de faciliter l'orientation du lecteur en lui permettant de repérer les ressources les plus adaptées à ses besoins, à ses questionnements ou aux publics concernés.

Chaque lecteur est ainsi invité à consulter ces indications afin de guider sa lecture de manière ciblée et adaptée à ses besoins.

P/M : Père et Mère

G P/M : Grand-Père et Grand-Mère

F/S : Frère et Sœur

P. : Périnatal

C. : Conjoint

Ê.C. : Être Cher (proche, amis...)

A. : Animaux

D. : Deuil

M.I. : Mort Inattendu

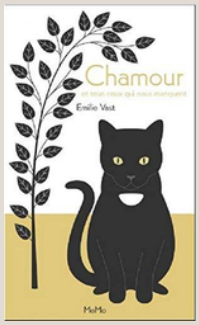
M.M. : Mort après une Maladie

M.N. : Mort Naturelle (vieillesse)

S. : Suicide

Q.M. : Questions sur la Mort

Pour les enfants de 0 - 3 ans



Chamour, et tous ceux qui nous manquent, Émilie Vast ALBUM

Voici Chamour, **une chatte noire** indépendante, câline, chasseresse et rêveuse. Elle partage sa vie entre la maison et le jardin. On la suit au fil des jours, des mois et de ses activités. Aujourd'hui Chamour n'est plus là mais à travers ces souvenirs, elle reste présente.

A.

Ça veut dire quoi être mort ? Valérie Dunon Larouche ALBUM

Ça veut dire quoi être mort ? Voilà une grande question à laquelle il n'est pas toujours facile de répondre. Cet album le fait avec délicatesse en décrivant cette dernière étape de la vie.

Q.M.





La mort, Mona H ALBUM

Papa ? **c'est quoi la mort** ? Et si on en parlait avant qu'elle n'arrive ? Avec des mots simples et des illustrations inclusives, ce livre aborde un sujet souvent tabou en apportant des explications claires et douces. Il aide les enfants à mettre des mots sur leurs questions et leurs émotions, en leur offrant une vision rassurante et authentique de la mort.

Q.M.

Trotro et Zaza et la mort du petit oiseau, Bénédicte Guettier ALBUM

Pauvre **petit oiseau** tombé du nid. Mais sa famille et ses amis pensent à lui. Il est mort, il ne vit plus. Trotro et Zaza sont tristes. Ils l'enterrent près des fleurs dans le jardin et papa plante un petit pommier pour se souvenir. «Au revoir, petit oiseau» disent Trotro et Zaza. L'arbre se couvre d'oiseaux qui chantent, venus dire, eux-aussi, au revoir au petit oiseau.

A.





Comment parler de la mort aux tout-petits ? Flore et Madeleine Brunelet
ALBUM

Minou est parti pour toujours et toute la famille est très triste. Comment trouver les mots justes pour en parler ? Une histoire et des conseils pour mieux comprendre ce qu'il se passe dans la tête d'un tout-petit… et de ses parents !

A.

Pour les enfants de 4 - 6 ans



Mon chagrin éléphant, Cécile Roumiguière ALBUM

Depuis **la mort de sa grand-mère**, un petit garçon est accompagné d'un énorme chagrin en forme d'éléphant. Il s'habitue à lui mais le trouve un peu encombrant.

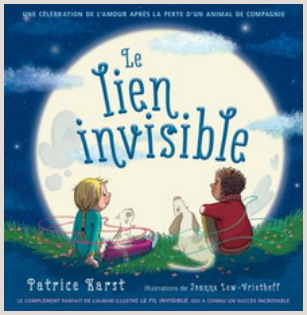
G P/M

Les questions des tout-petits sur la mort, Marie Aubinais
DOCUMENTAIRE



Des réponses par la fiction expliquent aux tout-petits **pourquoi la mort existe**, comment on peut savoir quand on va mourir, pourquoi on vit si on meurt après et comment c'est après la mort. Une histoire illustre chacune des interrogations et permet d'amorcer le dialogue entre parents et enfants.

Q.M.



Le lien invisible, Patrice Karst ALBUM

« Quand nos animaux ne sont plus là, un lien invisible relie nos coeurs ensemble pour toujours. » C'est ce qu'Émilie, l'amie de Zack, lui dit pour le réconforter après la **mort de son chien**, mais Zack ne la croit pas. Il ne croit qu'aux choses qu'il peut voir. Toutefois, lors d'un périple révélateur dans son quartier, et à travers son deuil, il en vient à ressentir l'effet réconfortant du lien invisible. Et cet effet ressemble à de l'amour.

A.

Si on parlait de la mort, Dr Catherine Dolto ALBUM



Après **la mort d'un être cher**, on est malheureux, on a du chagrin. La mort, on doit pouvoir en parler. **Dire la vérité** à un enfant lui permet de faire le deuil, d'exprimer son chagrin et de sentir peu à peu que la vie continue et qu'il a le droit d'être content de vivre.

Q.M.

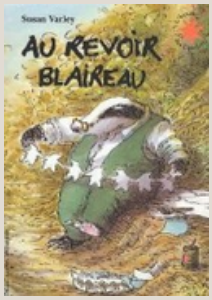


Mingan les nuages, Amélie Dubois ALBUM

Mingan les nuages, c'est une histoire d'amour entre un enfant et son **petit chat adoré**, Mingan. Un hommage à un ami parti trop vite, un compagnon à quatre pattes que jamais on ne pourra oublier. C'est aussi un récit d'espoir sur ces chagrins qui, avec le temps, trouvent un certain apaisement.

A.

Pour les enfants de 4 - 6 ans



Au revoir Blaireau, Susan Varley ALBUM

Un matin, les amis de Blaireau se rassemblent devant sa porte. Ils s'inquiètent parce que leur **vieil ami** n'est pas venu pour leur dire bonjour comme d'habitude... Un livre plein d'émotion et d'espoir, à lire ensemble.

Ê.C. M.N.

Mon ami, Marion Sonet ALBUM



Depuis sa naissance, Cléo partage sa vie avec **son chien Odin**. Ensemble, ils jouent, partent à l'aventure et partagent une complicité unique. Quand son compagnon, devenu vieux, s'éteint, la jeune fille est dévastée. Un jour, tandis qu'elle peine encore à surmonter son deuil, elle sauve un chaton et finit par accepter la perte d'Odin, ouvrant son coeur à de nouveaux souvenirs.

A. M.N.



Saucisse et moi, Alicia Acosta ALBUM

Quand **mon chien Saucisse est mort**, tout le monde à la maison était triste. Le lendemain, un nuage a commencé à me suivre partout, du savon m'est entré dans les yeux et une pieuvre a serré mon cœur très fort.

A.

Le feutre rouge, Ludovic Lecomte ALBUM



Papi est parti. Mamie a les yeux humides et le dos vouté. Moi, je sens comme une grosse boule au fond de ma gorge. Alors, pour apaiser le chagrin, Mamie dessine sur nos bras des fraises, bien rouges, comme celles que Papi cultivait dans son jardin.

G P/M M.N.



La mort, MES P'TITS POURQUOI DOCUMENTAIRE

Le **grand-père d'Alice vient de mourir** et la petite fille se pose de nombreuses questions. Elle se demande notamment s'il souffre, s'il a faim ou soif et s'il s'ennuie. Son père essaie de lui **expliquer ce qu'est la mort**.

G P/M Q.M.

Pour les enfants de 4 - 6 ans



Je t'aimais déjà, Andrée-Anne Cyr ALBUM

Un jeune enfant trépigne d'impatience : il aura bientôt un petit frère ou une petite soeur. C'est avec un enthousiasme débordant qu'il aide sa famille à tout préparer pour le grand jour. Seulement, rien ne se déroule comme prévu... Au retour de l'hôpital, ses parents ont les mains vides et le coeur rempli de tristesse. **Le bébé tant attendu est mort à la naissance.**

P. F/S

Et après ... Malika Doray ALBUM



Quand j'étais petit, avec Mamie, le mercredi, on faisait des pâtisserie. Après, on les mangeait… Une fois, Mamie était très fâchée. Mais je ne sais plus pourquoi. **La mort d'une grand-mère** : Malika Doray traite avec douceur et émotion de ce thème délicat.

G P/M M.N.



Maman hirondelle, Evelyne Fournier ALBUM

Maman hirondelle a bien du chagrin ce matin. Elle a perdu un petit oeuf auquel elle tenait énormément. Son fils Gabriel tente alors de la consoler, avec beaucoup de douceur et d'empathie. Cet album, qui aborde le thème de la **fausse couche** avec délicatesse et subtilité, permettra aux personnes qui traversent un événement similaire d'avoir un support adapté afin de pouvoir dialoguer et échanger avec les jeunes enfants qui les entourent.

P.

Le Jardin d'Evan, Brian Lies ALBUM



Inséparables, Evan et **son chien** aiment par-dessus tout jardiner. Lorsque son compagnon meurt, le renard perd le goût de vivre et se détourne de son jardin. En proie à la colère, il se met à le saccager et le laisse à l'abandon. Jusqu'au jour où une nouvelle pousse surgit et donne naissance à une citrouille qui se met à grossir démesurément.

A.

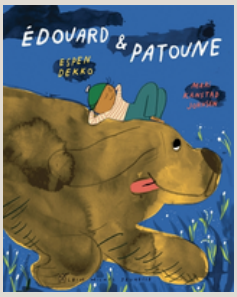


Les Sentiers perdus, Stéphanie Demasse-Pottier ALBUM

Au cours d'une promenade en forêt, une petite fille se laisse traverser par les émotions qu'elle ressent depuis la **mort de son grand-père**. Un album sur le deuil, la transmission et les relations entre générations.

G P/M

Pour les enfants de 4 - 6 ans



Edouard & Patoune, Espen Dekko ALBUM

Patoune, le chien d'Edouard, est aussi son meilleur ami. Mais Patoune est vieux, il se fatigue quand ils sortent se promener et préfère rêver ou se souvenir. Un jour, il s'endort et ne se réveille pas. Un album qui célèbre la force de la relation entre un enfant et son **animal de compagnie**.

A.

Papa partout, **Émilie Chazerand**



Depuis qu'il est parti, **mon papa** est partout. Maman dit qu'il est au ciel désormais, mais pas seulement. C'est pas vrai. Au début, y'avait que du vide et du chagrin. Et puis un matin, tout à coup, j'ai compris : papa est encore là.

P/M



Est-ce qu'il dort ? Olivier Tallec ALBUM

Poc et moi, on aime bien s'asseoir sur la vieille souche pour regarder les oiseaux qui volent à toute vitesse. Quand on en a marre, on prend le chemin du pré jaune, pour aller écouter notre oiseau préféré, le merle. Mais, aujourd'hui, il n'est pas là. On l'a cherché un peu partout et c'est finalement sur le sentier qu'on l'a trouvé. Il était allongé, tout tranquille. Il devait sans doute dormir. Alors on s'est assis en silence et on a attendu qu'il se réveille…

Ê.C.

Le cimetière des mots doux, Agnès Ledig ALBUM



Une petite fille, Annabelle est amoureuse de Simon un **jeune garçon atteint de leucémie.** Après sa mort et pour faire face au deuil, elle lui écrit des mots doux qu'elle dépose dans la forêt qu'il aimait tant.

Ê.C. **M.M.**



La mort, c'est quoi ? Katie Daynes DOCUMENTAIRE

Peut-on parler de la mort ? Que se passe-t-il quand quelqu'un meurt ? Est-ce normal de vouloir crier, pleurer ou se cacher ? Comment arrêter d'être triste ? En soulevant les rabats de ce livre illustré, les enfants trouveront des **réponses aux nombreuses questions qu'ils se posent sur la mort** et sur les différentes émotions qu'ils ressentent, en compagnie de charmants animaux de la forêt.

Q.M.

Pour les enfants de 4 - 6 ans



Tu vivras dans nos coeurs pour toujours... Britta Teckentrup ALBUM

Après avoir vécu une belle et longue vie, Renard s'endort pour toujours. **Ses amis** se réunissent et se souviennent des bons moments passés avec lui. À côté d'eux, un petit arbre perce la neige et grandit au fil des années pour devenir le plus bel arbre de la forêt.

É.C. **M.N.**

Au revoir maman, Rebecca Cobb ALBUM

Il y a quelque temps, nous avons dit **au revoir à Maman**. Je ne sais pas très bien où elle est partie. Ce livre parle avec une justesse et une finesse rares de la perte d'un parent du point de vue d'un enfant. Cet album explore les nombreuses émotions qu'un enfant peut éprouver face à la mort : de la colère à la culpabilité et de la tristesse à la confusion.



P/M

Olivier a perdu son petit frère, Selina Langenscheid



Quand Olivier, le petit garçon tortue, apprend qu'il va devenir un grand frère, il est incroyablement heureux. Malheureusement, son **petit frère** meurt avant même d'être sorti de l'œuf. Pendant les jours qui suivent, Olivier se débat pour comprendre ses sentiments et la tristesse qui les envahit, lui et sa famille. Ce livre est destiné aux parents et aux frères et sœurs qui souffrent à la suite d'une **fausse couche, d'une mort fœtale, d'une mortinaissance ou d'une mort subite du nourrisson.**

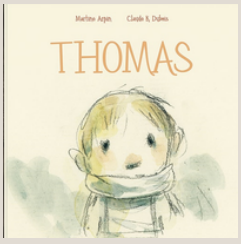
P. **F/S**

L'enfant et le gorille, Jackie Azua Kramer ALBUM

La **maman** d'un petit enfant n'est plus là. Personne ne sait lui dire où elle se trouve ni si elle va rentrer à la maison. Un dialogue poignant entre un enfant et un gorille imaginaire pour aider à vivre le deuil d'un être cher.



P/M

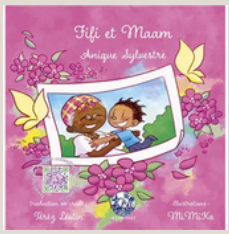


Thomas, **Martine Arpin** ALBUM

Suite au **décès de sa maman**, Thomas cherche comment réparer son cœur brisé. Un périple raconté avec douceur et illustré avec tendresse.

P/M

Pour les enfants de 4 - 6 ans

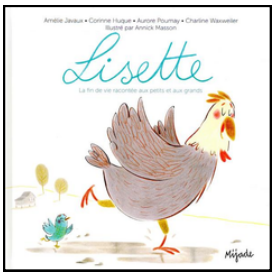


Fifi et Maam, Anique Sylvestre ALBUM

Maam, **la grand-mère de Fifi, est morte**. Le petit garçon lui construit une maisonnette avec l'aide de son père, la décore de fleurs, d'oiseaux et d'étoiles avant de la placer sous la loggia afin que Maam ne se sente jamais seule. Des QR codes donnent accès aux versions lues de l'histoire.

G P/M

Lisette : La fin de vie racontée aux enfants, Amélie Javaux ALBUM



Lisette est **gravement malade** et le docteur ne peut plus la guérir. Ses proches vont traverser avec elle ces moments difficiles et tenter d'apaiser sa souffrance. Lisette est une histoire touchante, pour parler avec les enfants et les parents de l'épreuve de la fin de vie. Une histoire où l'amour et l'attachement perdurent...

Ê.C. **M.M.**



Boléro et Musette, Maylis Daufresne ALBUM

Ils s'aiment tellement, Boléro et Musette. Jamais l'on ne voit l'un sans l'autre. Boléro sans Musette, Musette sans Boléro. Le lapin sans l'oursonne. Quand **Musette disparaît**, Boléro reste seul et n'a plus goût à rien. Mais peu à peu, au rythme des saisons, et grâce aux autres animaux de la forêt, Boléro redécouvre la saveur des choses simples et la force de l'amitié.

Ê.C. **M.I.**

Un petit frère pour toujours, Marie-Hélène Delval ALBUM



Un bébé est né chez les Lipangous. Un **petit frère** pour Dilou ! Mais ce bébé, arrivé au milieu des chansons de l'été, s'en va avec les feuilles de l'automne. Alors, vient le silence… Papa, Maman et Grand-Mère Lipangou ont tant de chagrin… Dilou n'ose plus parler ni se faire câliner. Jusqu'à ce que les murmures du printemps annoncent que la vie reprend, malgré tout.

F/S



Mado et la boîte aux souvenir, Laetitia Abad Estieu ALBUM

C'est le premier jour de l'été et Mado apprend une triste nouvelle. Sa **Mémé n'est plus là.** L'enfant part alors dans une douce aventure à travers les souvenirs les plus joyeux qu'elle et sa famille ont vécu à ses côtés. À chaque anecdote, elle glisse dans sa jolie boîte à secrets un brin de son histoire… Ainsi, Mémé sera toujours à ses côtés.

G P/M

Pour les enfants de 4 - 6 ans



La Vie de Gabriel ou l'histoire d'un bébé plume, Katia Fouletier-Faurie
ALBUM

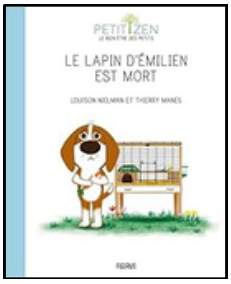
Ce petit ouvrage peut aider des familles à accompagner un bébé à naître et/ou à surmonter le **décès d'un tout-petit**. C'est juste un moyen pour ouvrir la parole en famille, pour permettre aux enfants de confirmer leurs émotions et les aider à les exprimer sans crainte, ni honte, ni retenue.

P.

Le lapin d'Emilien est mort, Louison Nielman ALBUM

Carotte, **le lapin d'Emilien, est mort** : le petit chien est profondément triste... Heureusement, maman et papa sont là pour l'aider à accueillir sa tristesse, et à faire le deuil de son ami.

A.





L'arbre et le pêcheur, Giraud Sébastien ALBUM

Il est des sujets qu'on aborde plus difficilement que d'autres. Il en est ainsi de la **mort**. A travers un conte les auteurs posent un voile pudique et poétique sur un sujet délicat, la forme du conte amène les enfants dans un univers imaginaire qui leur est familier, et réveille en chaque adulte l'enfant intérieur.

D.

Tempête dans un bocal, Samuel Langley ALBUM

Lorsque **la mamie de Louis** disparait, Louis garde son vieux bocal à bonbons pour sentir sa mamie près de lui. Mais alors que sa tristesse se transforme en colère, une tempête monte à l'intérieur du bocal... Une histoire émouvante pour évoquer la colère, la perte, mais par-dessus tout... l'amour.

G P/M





Où es-tu, loup ? Sandra Dieckmann

Renarde et Loup sont inséparables. Un matin, Renarde ne retrouve pas **son ami**. Or celui-ci lui avait annoncé qu'il brillerait bientôt dans le ciel étoilé. Une histoire pour aborder le thème du deuil.

Ê.C.

Pour les enfants de 4 - 6 ans



T'es pas mort ! Catherine Pineur ALBUM

«Tu viens Suzie ? **On va jouer à faire le mort**.» Tout démarre avec cette drôle de proposition de Joséphine, la grande cane. C'est un jeu qui ne nécessite aucun accessoire, comme Joséphine l'explique à Suzie et Barnabé : « Tu te couches, tu fermes les yeux, tu écartes les bras, et surtout, tu ne bouges pas.» Et après ?

Q.M.

Grand-père est mort, Colette Hellings ALBUM



Aujourd'hui ce n'est pas une journée comme les autres ; **le grand-père de Tom vient de mourir.** Les proches venus entourer sa grand-mère sont tristes, se serrent dans les bras et expliquent à Tom et ses cousins que leur grand-père est parti pour toujours. Malgré sa tristesse, Tom va réussir à faire revivre son grand-père en lui.

G P/M



Maman pour toujours, Chiara Lorenzoni ALBUM

Depuis que **sa mère n'est plus là**, Olivo vit seul avec son père. Pour l'aider à gérer **la colère face au deuil**, ce dernier emmène le petit garçon couper du bois. Pour chaque mot triste ou ressentiment, il l'invite à fendre une bûche. Ensuite, il lui construit une cabane afin d'affronter son chagrin, jusqu'à ce qu'Olivo comprenne que sa maman est toujours à ses côtés.

P/M

Oiseau est mort, Tiny Fisscher ALBUM



Une histoire sur la **mort d'un oiseau** racontant l'émotion, le désarroi, la gêne, les chamailleries autour de la mémoire, les rancunes et le cérémonial d'une communauté de congénères qui s'efforcent de continuer à vivre après le deuil.

Ê.C.



Le châle de Nonna, Florence Dutruc-Rosset ALBUM

Capucine est élevée par sa **grand-mère**, qu'elle appelle Nonna. Aimante, cette dernière lui raconte chaque soir ses souvenirs les plus précieux, jusqu'à son décès. Dans l'espoir de la retrouver, Capucine monte tout en haut de la montagne sacrée. Sa route la mène pas à pas vers **l'acceptation et l'apaisement.** Un conte sur le deuil et la résilience.

G P/M

Pour les enfants de 7 - 10 ans



La vie est un grand champ de fleurs, Agnès de Lestrade ALBUM

Le papa d'Anouk est guide de montagne, il sent la neige et la mousse à raser. Un matin, il serre Anouk dans ses bras et part travailler. Ce jour-là, il n'est jamais rentré, **une avalanche l'a emporté**. Depuis l'accident, Anouk et sa maman se reconstruisent. Elles apprennent à apprivoiser la douleur, à remettre de la couleur dans leur vie. Les ateliers peinture organisés par Gabriel, un peintre installé au village, aideront Anouk et sa maman à laisser la vie revenir dans leur cœur.

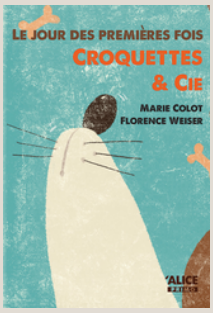
P/M M.I.

La croûte, Charlotte Moundlic ALBUM



Un petit garçon vient de **perdre sa maman** et doit vivre avec son papa. Sa vie de tous les jours en est bouleversée, il passe par divers sentiments et tente de rendre sa maman présente par tous les moyens. Mais en même temps que sa plaie au genou cicatrise, la vie reprend ses droits... **Sur la mort d'un parent et le deuil.**

P/M



Le jour des premières fois : Croquettes & Cie, Marie Colot ROMAN

Quand Savanna, l'amoureuse d'Elvis, arrive à l'école toute triste parce que **son chien, Bestiole, est gravement malade et devra « s'en aller » bientôt**, Mademoiselle Coline a encore une idée de génie ! Grâce à elle, Elvis et ses copains vont offrir à Bestiole les derniers plus beaux jours de sa vie....

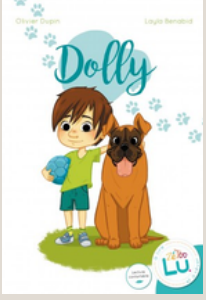
A. M.M.

La disparition de ma maîtresse, Benoît Broyart ALBUM



Victor, un élève, apprend la **mort de sa maîtresse**, Madame Ramery, dans un **accident de voiture**. Refusant d'accepter cette perte, il traverse une période de tristesse profonde. Cet album aborde avec sensibilité le deuil chez les enfants et encourage le dialogue familial pour surmonter cette épreuve.

Ê.C. M.I.



Dolly, Olivier Dupin ALBUM

Quand le petit garçon a **perdu sa chienne Dolly**, il n'a pas vraiment réagi. Il faut dire qu'il est solide comme un roc, un vrai chevalier ! Pourtant, à la vue de la balle qu'il lui lançait, ou de sa laisse, son armure tombe et son cœur s'attendrit.

A.

Pour les enfants de 7 - 10 ans



Clara, Christophe Lemoine et Cécile BD

Le jour de ses sept ans, les parents de Clara, d'habitude si présents et joyeux, ont l'air ailleurs et ne lui offrent qu'une poupée en tissu. Clara est déçue. Un soir, sa grand-mère vient la chercher à l'école et lui annonce que sa maman « est partie très loin ». La petite fille va alors devoir accepter **la mort de sa maman**, à l'aide notamment de cette mystérieuse poupée.

P/M M.I.

Moi, je veux vraiment savoir ce qu'est la mort ! Monsieur Mouch BD



Emma se pose VRAIMENT **beaucoup de questions sur la mort**, au moment où elle découvre que le chat de Jules a croqué une mésange. Heureusement, son ami en connaît un rayon sur le sujet. Aidé de son carnet d'images, il explique et rassure son amoureuse de l'école : ils ont toute la vie devant eux.

Q.M.



Lili a peur de la mort, Dominique de Saint Mars BD

Après avoir vu un accident, Lili **n'arrête pas de penser à sa mort**, celle de max, celle de ses parents... elle refuse même d'aller sur la tombe de son grand-père. Va-t-elle surmonter cette peur et retrouver l'envie de s'amuser ?

Q.M.

Max et Lili : Grand-père est mort, Dominique de Saint Mars BD



Le téléphone sonne et Max et Lili apprennent la **mort de leur grand-père**. Tous partent rejoindre Mamie pour l'enterrement... Une histoire pour partager ses questions et ses émotions, pour exprimer ses peurs,pour garder dans son cœur les gens qu'on aime et pour aimer la vie.

G P/M M.N.



Le chien de Max et Lili est mort, Dominique de Saint Mars BD

Pluche, **le chien de Max et Lili, est mort**. Les enfants sont tristes, ils en parlent avec leurs parents et leurs amis. Ils organisent un enterrement pour lui rendre hommage. À la fin, la section « Et toi? » a pour but de faire réfléchir les enfants sur le thème.

A.

Pour les enfants de 7 - 10 ans



Léa, mon étoile filante, Bertrand Gimonet ALBUM

Ce matin, les parents de Théo rentrent à la maison sans Léa, **sa sœur**. Théo remarque qu'ils pleurent. « Où est Léa ? Pourquoi pleures-tu ? ». « Elle est partie vers les étoiles ». « Partie vers les étoiles ? Ça veut dire quoi ? Elle revient quand ? »

F/S M.I.

Eva et Lisa, Thierry Robberecht ALBUM

Un album qui traite de la séparation et de la mort. **Eva et Lisa sont sœurs** inséparables. Mais un jour Lisa meurt. Et pour sa petite sœur, c'est la vide, une perte injustifiable. Elle cherche alors le visage de sa sœur dans les nuages, le trouve parfois. Il lui faudra du temps pour accepter cette disparition.

F/S





Allô papi ici la terre, Cécile Alix ROMAN

Avant, on l'appelait Youn l'oiseau-clown, parce qu'il passait son temps à faire rigoler tout le monde. Mais depuis que **son grand-père est mort**, un grand voile gris a recouvert sa vie. Tout s'embrouille dans sa tête. Les questions se bousculent et son chagrin l'étouffe. Alors, un soir, il décide d'écrire des lettres à son papi. Il aimerait bien recevoir un signe en retour, mais rien ne vient... Pourtant, le souvenir est là, bien vivant, au creux de son coeur.

G P/M

Et si on ne mourait jamais ? Brigitte Labbé DOCUMENTAIRE

Une collection qui s'adresse aux enfants qui n'arrêtent pas de poser des questions à leurs parents. Ce titre aborde la notion de mort en prenant appui sur une situation que Filou vit avec ses parents. Grâce à l'oiseau Filo, le garçon trouve les **réponses à ses questions** concernant le décès, la fin de l'existence ou la perte d'un proche.

Q.M.





Le Deuil de mon animal de compagnie, Annique Lavergne
DOCUMENTAIRE

Ton animal de compagnie n'est plus avec toi. Comment s'appelait-il ? Pourquoi n'êtes-vous plus ensemble? Est-il parti vivre dans une autre famille ? S'est-il perdu ? A-t-il été malade? Comment te sens-tu quand tu penses à lui? Dans cet album, tu pourras conserver des souvenirs précieux de votre amitié et exprimer les émotions qui se bousculent dans ton coeur.

A.

Pour les enfants de 7 - 10 ans



Le merveilleux livre de la mort, Soledad Romero DOCUMENTAIRE

Un documentaire captivant qui brise les tabous! Pourquoi évitons-nous de **parler de la mort** ? Ce livre aborde sans détour ni morbidité un sujet universel, avec des faits fascinants et des questions essentielles sur notre rapport à la fin de vie.

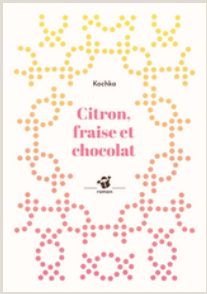
Q.M.

Les Grosses lettres, Kéthévane Davrichewy ROMAN

Lou n'arrive pas à se consoler du **départ de sa grand-mère**. En plus, elle ne veut partager avec personne son chagrin. Un jour, elle décide d'écrire à cette grand-mère qui n'est plus là. Et tout doucement la vie repart.

G P/M





Citron, fraise et chocolat, Kochka ROMAN

Afin de calmer la peine causée par la **perte de son père**, Lucas et sa maman inventent un jeu dont la récompense est un bonbon-baiser à la fraise, au citron ou bien au chocolat. Deux ans plus tard, la mère rencontre un autre homme dont Lucas n'accepte pas la présence, considérant cette nouvelle union comme une trahison.

P/M

Chaussette, Loïc Clément ROMAN

Chaussette et **son chien** Dagobert sont inséparables. Merlin, leur petit voisin, les connaît bien et les observe arpenter chaque jour la petite ville suivant un parcours bien établi. Pourtant, ce matin-là, quelque chose ne tourne pas rond. Chaussette est seule et se comporte étrangement. Pour tirer cette histoire au clair, Merlin va la suivre discrètement...

A.





Le silence de l'ombre, Xavier Bétaucourt BD

Nao est inconsolable et refuse d'accepter le **décès de son grand-père**. Confrontée à la même expérience lorsqu'elle était enfant, Aïko, sa mère, l'emmène dans son monde imaginaire où elle avait combattu l'ombre, une créature qui voulait geler son coeur. Une bande dessinée sur le deuil, les différentes manières d'y faire face et de le surmonter.

G P/M **M.I.**

Pour les enfants de 7 - 10 ans



Une miette et des paillettes, Anne Rehbinder ROMAN

Après une **fausse couche**, la mère de Nouchka est inconsolable. Heureusement, il y a son papa et sa grand-mère Babouchka pour pallier le manque et apporter amour et réconfort à la fillette, ainsi que les cours de danse classique où, après des débuts difficiles, elle finit par trouver ses marques.

P.

L'arbre et l'ombre de la Lune, Hélène Romano ALBUM



Un enfant découvre l'ombre d'un de ses parents suspendue à un arbre. Son autre parent ne sait pas le réconforter. Seule la lune le peut. Grâce à elle, il libère sa parole et accepte de regarder cet arbre terrible. Psychologue, spécialiste du trauma de l'enfant, Hélène Romano raconte, comment parler avec les enfants après le **suicide d'un parent** et les aider à surmonter cette épreuve.

P/M **S.**



Mes yeux menthe à l'eau, Agnès De Lestrade ROMAN

La **grand-mère de Nina vient de mourir**. Sa mère et elle n'arrivent pas à se consoler. Heureusement, Joséphine, la copine d'enfance de la mère, va les aider à surmonter leur chagrin. Grâce à sa joie de vivre… et à son prochain mariage!

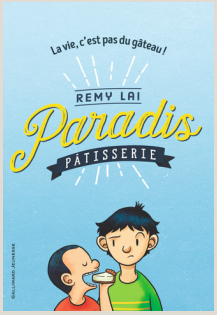
G **P/M**

La Fin de Velvet, Nastasia Rugani ROMAN



Au milieu de la nuit, à l'heure où les monstres sortent, Lima est réveillée par Velvet, **sa grande soeur** qu'elle croyait à l'hôpital, venue pour la chercher. Elle l'accompagne dehors, où il y a plein de bruits inconnus et une ombre étrange qui semble les suivre.

F/S **M.M.**

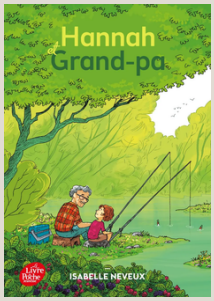


Paradis Pâtisserie, Remy Lai ROMAN-BD

À peine arrivé en Australie, Jingwen, onze ans, a l'impression d'atterrir sur mars. Se faire des amis est mission impossible et **son père** lui manque tellement... Pour mettre un peu de douceur dans sa nouvelle vie, il se lance avec son insupportable petit frère dans de merveilleuses recettes de gâteaux. Un seul problème: interdiction de cuisiner quand leur mère est au travail. Il va falloir ruser!

P/M

Pour les enfants de 7 - 10 ans



Hannah et Grand-Pa, Isabelle Neveux ROMAN

Hannah évoque tous les bons moments passés avec ses cousins dans la maison de ses grands-parents pendant les vacances et en particulier ceux passés en compagnie de **son grand-père**. Elle vit les derniers moments de celui-ci, l'enterrement et le retour chez elle. Tous les souvenirs, les leçons de vie pleines d'amour se gravent dans son cœur.

G P/M

Mon chien, Eric Dodon ALBUM

Une histoire qui raconte l'amitié entre une petite fille et **son chien**,comme feuilletant un album photo émaillée de souvenirs d'émotions, d'apprentissages et de découvertes qui survivent à la perte.

A.





Le Jour où Maman n'est pas venue nous chercher à l'école, Karel Logist ROMAN

Il y a un an, la **maman de Basile et Isabel est morte** dans **un accident de voiture**. Depuis, tante Amélie vit avec eux pour aider leur papa. Ils sont jumeaux et ont bientôt douze ans. Isabel est triste, communique moins et l'instituteur a confisqué son téléphone. Il vient à la maison pour discuter avec les adultes.

P/M M.I.

Le petit livre pour parler de la mort (et de la vie), Delphine Saulière DOCUMENTAIRE

Nous sommes souvent démunis face aux questions des enfants sur la mort. Or, il est capital d'y répondre, surtout quand ils sont confrontés à un deuil. Pour dénouer leurs sentiments d'angoisse ou de tristesse, rien ne remplace la parole et le dialogue. Dans ce livre, l'autrice **répond à de vraies questions** d'enfants avec honnêteté et simplicité.

Q.M.





La mort, Tu veux qu'on en parle, Carine Simonet DOCUMENTAIRE

« Ma tata est morte - Elle est où ? », « On ne la verra plus jamais ? », « Elle est morte pour toujours ? », « J'ai peur de la mort et je ne veux pas mourir »… Dans un style parlé et immédiat, le narrateur échange avec deux enfants et rebondit à leurs interrogations pour apporter des réponses, des clefs et permetttre de dédramatiser.

Q.M.

Pour les enfants de 7 - 10 ans



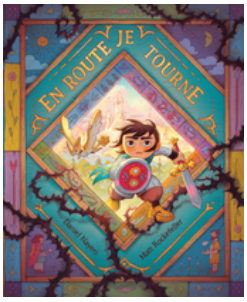
Raoul - T'aurais pu prévenir avant de partir... Michel Van Zeveren
ALBUM

Papipa est mort et cela éveille beaucoup de questions chez Raoul. « Si tu ne pleures pas, c'est parce que tu gardes tes larmes à l'intérieur ? » demande-t-il à son papa. « Et qu'est-ce que c'est d'être enterré ? », s'inquiète sa petite sœur. De toutes façons, pour Raoul, Papipa est toujours un peu là…

G P/M

En route je tourne, Daniel Nayeri BD

Qu'est-ce qui peut nous aider à supporter la perte d'un être cher ? Ce petit garçon a décidé d'aller jusqu'au bout de sa peine. Il part, il traverse la beauté des souvenirs, l'espérance des rêves, la dureté de la blessure. Au sommet, cette question : « Maman, étais-tu heureuse d'être maman ? » Et quand enfin son cœur lui a donné la réponse, il recommence à vivre.



P/M



Reviens mamie Lise ! Katja Henkel ROMAN

Mamie Lise est morte. Pauline et Julien, ses petits-enfants, sont très tristes. Ils décident d'être insupportables et de commettre les pires bêtises pour la faire revenir. Comme rien ne se passe comme prévu, Julien veut aller la chercher et pour cela, doit mourir. C'est l'hiver, il sort en pyjama sur le balcon et attend. Pauline prévient alors leur mère.

G P/M

Le jour ou mon papa a perdu son papa, Yann Coridian ROMAN

Pour la première fois de sa vie, Paul est en deuil. **Son grand-père, Charles, est mort brutalement à seulement 56 ans**. C'est aujourd'hui qu'a lieu l'enterrement. Paul ne veut rien oublier de cette journée, alors il regarde, il observe : il s'étonne de voir son père porter une cravate, d'entendre son oncle Boris pleurer en faisant du bruit et il essaie de comprendre ce que dit le curé.



G P/M



L'écharpe de maman, Joana Dürnberg ALBUM

Louis a très peur que le souvenir de sa maman s'estompe, comme le parfum de son écharpe préférée. Avec son papa, il cherche le moyen de préserver ses souvenirs tout en surmontant sa grande tristesse. Avec L'écharpe de maman, Louis et son papa nous montrent que l'imagination peut être un lien avec nos êtres chers qui ne sont plus physiquement avec nous.

P/M

Pour les enfants de 11- 13 ans



À la vie à la mort, Marine Nina Denis DOCUMENTAIRE

A tout moment de la vie, on peut être touché par **la mort d'un proche**. Il existe des albums jeunesse destiné aux petits. Mais quand les enfants sont plus grands, il n'y a plus grand-chose. Et pourtant, leurs émotions, leurs questions se complexifient : ils ont besoin de réponses et de trouver des moyens de surmonter cette douleur. Voici un ouvrage compagnon, un livre refuge, pour accompagner les jeunes en deuil.

Q.M.

La perte, la mort on s'en parle, Hélène Romano DOCUMENTAIRE



Dans la vie, tu seras parfois amené(e) à perdre des choses importantes pour toi : tes repères, tes habitudes par exemple si tu déménages, un ou une ami(e), un amoureux ou une amoureuse…Dans de telles situations, il est difficile de faire face à tes émotions : la colère, l'incompréhension, la tristesse, le chagrin… Ce livre est là pour t'aider et te donner des pistes pour **apprivoiser la perte et le deuil.**

Q.M. D.

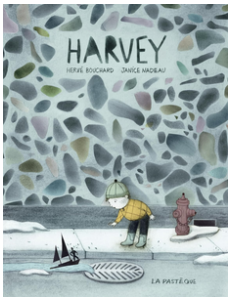


Vingt-cinq moins un, Geneviève Piché ROMAN

Partagée entre ses sentiments pour Thomas, son camarade de classe, et sa relation avec Emeline, son amie, Eve, 9 ans, se met en colère contre cette dernière un vendredi soir. Lorsqu'**Emeline meurt** le lendemain, Eve est bouleversée et rongée par les remords.

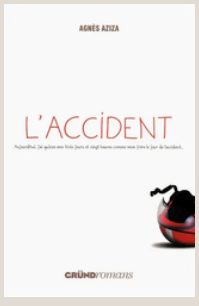
Ê.C. M.I.

Harvey, **Hervé Bouchard** BD



J'ai entendu que notre porte s'ouvrait avec fracas puis ma mère Bouillon qui criait le nom de **mon père** Bouillon ; Et j'ai entendu qu'on dévalait les marches en bois de la galerie puis qu'on roulait quelque chose dans l'entrée, qui passa tout près de nous. Et j'ai entendu des voix d'hommes que je ne connaissais pas et d'autres bruits de portes.

P/M M.I.



L'accident, Agnès Aziza ROMAN

Vanessa a 15 ans, le même âge que son frère le jour où il a été renversé par une voiture. Ce récit raconte comment elle affronte la **mort de son frère** et comprend que la mort fait aussi partie de la vie. «Ça parle de la mort et les adultes ne veulent jamais en parler.»

F/S M.I.

Pour les enfants de 11- 13 ans



Chat de gouttière, Joana Estrela BD

Cette histoire sur le deuil évoque la vie **d'un chat** au coeur du quotidien d'une famille : la complicité, les frayeurs, les habitudes et les bizarreries. Membre à part entière du foyer, il faut affronter sa perte et son absence mais aussi prendre les décisions compliquées qui s'imposent.

A.

La dernière fausse note, Charlotte Erlih ROMAN



Clémentine joue du violoncelle depuis l'âge de 6 ans et refuse le rythme quotidien imposé par son père, violoniste professionnel et professeur implacable. Après une intégration difficile au collège, la jeune fille veut connaître la vie des autres adolescentes. Le lendemain d'une dispute violente, **son père meurt d'une crise cardiaque**. Débute le temps des interrogations et de la reconstruction.

P/M **M.I.**



On ne dit pas sayonara, Antonio Carmona ROMAN

Depuis la **mort de la mère d'Elise**, son père, fou de tristesse, interdit qu'on parle japonais ou qu'on évoque le Japon à la maison. Heureusement, l'adolescente peut compter sur le soutien de son amie Stella et de sa grand-mère maternelle, Sonoka, qui arrive du Japon.

P/M

Mémoires d'un garçon agité, Vincent Zabus BD



Âgé d'une dizaine d'années, Germain est un garçon sensible qui décide un jour d'écrire ses mémoires. Persuadé d'être responsable de **la mort de sa petite soeur**, il éprouve une culpabilité profonde et il se réfugie alors dans l'écriture, essayant maladroitement d'exprimer ce **sentiment de culpabilité** qui ne le quitte pas car, chaque jour, il pense à elle.

F/S



Le printemps de Sakura, Marie Jaffredo BD

Sakura, 8 ans, vit à Tokyo. Depuis le **décès accidentel de sa mère**, elle n'arrive pas à surmonter son chagrin. Obligé de s'absenter quelques semaines pour raisons professionnelles, son père la confie à sa grand-mère, Masumi. Auprès de cette aïeule douce et joyeuse vivant de façon traditionnelle au rythme de la nature, la fillette découvre les plaisirs simples et chemine vers la résilience.

P/M

Pour les ados à partir de 14 ans



La théorie du Grand Tout, J. J. Johnson ROMAN

Ce n'est pas parce que tout le monde pense que tu devrais tourner la page que tu es prêt à le faire. Sarah, 15 ans, a **perdu sa meilleure** amie dans un terrible **accident** et n'arrive pas à s'en remettre. Son arme : le cynisme. Plus rien n'a d'importance. Jusqu'à cette drôle de rencontre…

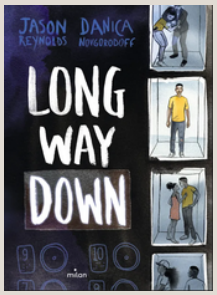
Ê.C. M.I.

Ma vie ne sait pas nager, Elaine Turgeon ROMAN



Lou-Anne et Geneviève sont **deux soeurs jumelles** de 15 ans. Une nuit, **Geneviève met fin à ses jours** dans la piscine de l'école, laissant sa famille au désespoir, d'autant plus douloureux pour Lou-Anne que sa mère, enfermée dans son propre chagrin, semble oublier jusqu'à l'existence de sa deuxième fille.

F/S S.



Long way down, Jason Reynolds BD

Lorsqu'une personne est assassinée dans le quartier de Will, les règles sont de ne pas pleurer, de ne pas dénoncer le ou les responsables à la police et, enfin, de se venger. Quand **son père se fait tuer**, Will se retrouve dans un ascenseur où, pendant soixante secondes, il fait face aux fantômes de son passé.

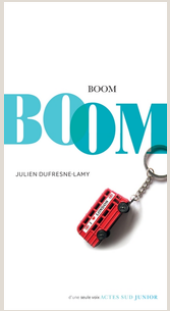
P/M M.I.

Poussière d'été, Joanie Boutin ROMAN



Maëllie a été victime d'un grave **accident de la route** dans lequel elle a **perdu sa meilleure amie**. Depuis, elle ne se reconnaît plus. Pour échapper à la sollicitude étouffante de ses parents et oublier son angoissant retour au cégep, la jeune femme décide de passer l'été chez sa grand-mère. Sur place, elle fait la rencontre d'un groupe de garçons qui ignorent tout de sa tragédie. Entourée de ses nouveaux amis, et d'un certain Oliver avec qui elle noue des liens plus étroits, Maëllie se reconstruit peu à peu. Mais les événements passés, surtout ceux auxquels elle n'a jamais voulu faire face, refusent d'être réduits au silence.

Ê.C. M.I.



Boom, Julien Dufresne-Lamy ROMAN

Etienne était **l'ami** de Timothée jusqu'à ce que celui-ci soit fauché par un terroriste sur le pont de Westminster lors d'un voyage scolaire. Depuis cette tragédie, Etienne chercher les mots, ceux du vide et de l'absence. Il parle à son ami disparu en évoquant leurs souvenirs. Un monologue sur la **culpabilité du survivant**.

Ê.C. M.I.

Pour les ados à partir de 14 ans



Le jour de nos adieux, Jeff Zentner ROMAN

Les trois meilleurs amis de Carver sont morts dans un accident de voiture, que le conducteur n'a pas vu arriver car il lisait un SMS que Carver lui avait envoyé. Rongé par le remords, ce dernier fait de son mieux pour aider les familles des victimes, organisant une série de commémorations. Il doit affronter leur haine, leur ressentiment et leur incrédulité, en plus de son propre deuil.

Ê.C. M.I.

Pourquoi la mort ? Françoise Dastur DOCUMENTAIRE

Ce documentaire invite à **réfléchir sur la mort** qui suscite peur et angoisse, à s'interroger sur le sens de la mort et également de la vie et à accepter de mourir afin de pouvoir vivre.

Q.M.





Des jours comme des nuits, Sébastien Joanniez ROMAN

Il y a les jours d'avant, le jour où et les jours d'après. Ceux où Manon se souvient de **son père**, celui où **elle a trouvé son corps**, et ceux d'après, où la douleur se glisse partout, où les jours sont comme des nuits.

P/M M.I.

Lettre aux bourreaux de ma soeur, Gwladys Constant ROMAN

Comment continuer à vivre quand on est mère, père, soeur ou frère d'un adolescent en détresse qui choisit de mettre fin à son enfer en se donnant la mort ? Rose parle de la souffrance qui la ronge. **Sa petite soeur**, Iris, est décédée. Harcelée au collège et sur les réseaux sociaux, **elle a mis fin à ses jours.** Pour se venger, Rose a décidé d'écrire aux bourreaux d'Iris en utilisant les mêmes armes qu'eux : les mots...

F/S S.





Jérémy traverse un tsunami, Camille Lagacé-Labonté ROMAN

Vivre la mort de sa mère ou de son père est une chose terrible. Lorsqu'il s'agit d'un suicide, c'est encore plus déchirant. À travers cette histoire, Jérémy nous fait entrer dans son quotidien à la maison et à l'école. Il partage ses réflexions à la suite de la perte de **son père, qui s'est suicidé**. Jérémy nous ouvre une fenêtre sur ses peines, ses peurs, mais aussi sur ses accomplissements et ses joies.

P/M S.

Pour les ados à partir de 14 ans



Je ne te le pardonnerai jamais, Pascale Perrier ROMAN

Pourquoi les parents de Mileann ne parlent-ils jamais de leur famille ? Que s'est-il passé pour que leur enfance soit entourée d'un tel mystère ? Après le **décès accidentel de sa mère et de ses deux frères**, Mileann décide de fouiller ce passé familial qu'on lui a toujours caché. Elle ne se doute pas que ses découvertes vont bouleverser sa vie...

P/M F/S M.I.

Les yeux fermés, Claire Gratias ROMAN



La nuit, Lucie lui parle. À **sa sœur**, Camille, qui vient de **mourir d'un cancer**. De l'incompréhension face à la maladie mortelle qui l'a touchée à 19 ans, au désespoir de ne pas avoir pu l'aider, puis à la rage après sa mort, Lucie lui adresse l'inventaire de ses douleurs et de son chagrin dans de longs monologues nocturnes.

F/S M.M.



Tiens bon, Nina LaCour ROMAN

Après le **suicide de sa meilleure amie**, Caitlin se demande comment elle peut continuer à vivre sans les rires, la musique et les secrets qu'elles partageaient depuis toujours. Cherchant des réponses, elle lit le journal intime qu'Ingrid a laissé derrière elle. Au fil des pages, elle affronte la vérité mais aussi ses propres démons.

Ê.C. S.

Mourir, Marie-France Hazebroucq ESSAI



« Mourir » : ce seul mot suffit à faire frémir, on le prononce avec réticence. Bien que seul l'homme sache qu'il est mortel, mourir reste pour l'esprit humain l'un des sujets les plus difficiles à appréhender. Si nous ne pouvons faire l'expérience de la mort, nous avons parfois affaire aux morts : éprouver le sentiment de perte après le décès d'un proche, faire son deuil, rêver des morts...

Q.M.



Sors de ta chambre, Karine Reysset ROMAN

Clara a tout accepté depuis la **mort de sa mère** et n'a rien dit quand son père lui a annoncé son remariage avec Géraldine, lorsque les photos de sa mère ont disparu des murs et que ses objets personnels ont été rangés à la cave. En revanche, elle refuse que la Marotte, leur maison de vacances où ont été dispersées les cendres de sa mère, soit vendue.

P/M

Pour les ados à partir de 14 ans

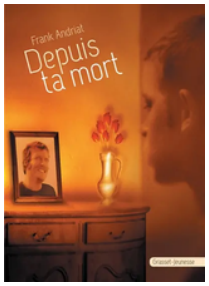


Si tu meurs, n'oublie pas, Ingrid Thobois ROMAN

Deux cousins, Yann et Alex passent tous leurs étés ensemble à Digne-les-Bains et se considèrent comme des frères. Yann est fasciné par le Japon et sa culture tandis qu'Alex se passionne pour les jeux vidéo. Un soir d'été, le jour de ses 18 ans, **Yann décède dans un accident de voiture**. Inconsolable, Alex est hanté par le fantôme de son cousin, il tente de comprendre les causes de ces apparitions.

F/S **M.I.**

Depuis ta mort, Frank Andriat ROMAN



Ghislain, 15 ans, en veut à son père, mort il y a trois mois, de les avoir laissés seuls lui et sa mère. Il confie sa colère à son journal. Grâce à l'amour d'Amélie, et au soutien de son parrain, psychologue spiritualiste, et de ses amis, il parvient peu à peu à accepter la **perte de son père** et à faire son deuil.

P/M



L'étourbillon, Flore Servais ROMAN

« Papa ne veut plus vivre ici. Il dit que sans maman, ça ne ressemble à rien toute cette agitation. Moi aussi, je voudrais déménager, partir loin de tout ça. Avant, je voulais devenir sauveuse de forêts mais depuis l'enterrement je rétrécis, je ne peux plus planter d'arbres. Je veux partir quelque part où il n'y en a pas. » Un village de rase campagne. Une jeune fille et son père. Un deuil commun. Mais surtout, un élan de vie et beaucoup, beaucoup de choses à se dire...

P/M

Le Problème avec les fantômes, Mirion Malle BD



Un soir d'été, Anne, Irène, Nour et Marie-Pierre, quatre amies dans la vingtaine se retrouvent autour d'un verre. Au fil de la soirée, Irène change sans le vouloir l'ambiance tendre de la soirée en évoquant le fantôme de Caleb, décédé l'an passé, qu'elle ne cesse de voir partout. C'est troublant, mais Irène le voit partout : dans la rue, dans le métro, à l'épicerie. Entre malaise et colère, chacune va réagir différemment et apprivoiser ses émotions.

Ê.C.

Pour les adultes et professionnel.les



Apprivoiser le deuil animalier, Lynne Pion ESSAI

Le **deuil animalier** est un vrai deuil. Le reconnaître, c'est lui donner la place qui lui revient. Vous souvenez-vous de cette journée où vous avez pris la décision d'adopter un animal de compagnie ? Que représentait-il pour vous ? Pour bien des gens, il s'agit d'un membre de la famille, d'un enfant ou d'un meilleur ami. Ce lien privilégié et les émotions ressenties qui l'accompagnent sont souvent difficiles à comprendre pour ceux qui ne possèdent pas d'animaux.

A.

Grandir avec l'abscence, Élisabeth Bost et Karine Dusfour ESSAI

Orphelins trop tôt, ils se racontent : "Ton père est mort." "Maman ne reviendra plus." Et leur enfance chavire. Treize personnalités racontent leur parcours **d'orphelin de père ou de mère** : le choc du décès, le manque prégnant, le regard des autres qui change - et une construction personnelle inévitablement différente...

P/M





Son odeur après la pluie, Cédric Sapin-Defour ROMAN ou BD

C'est d'une histoire d'amour qu'il s'agit, celle qui unit l'auteur et Ubac, **bouvier bernois,** qui en 13 ans a pris une place toujours plus essentielle dans la vie de celui qui refuse de se considérer comme un maître. Leur lien, unique et évident, en laissera sûrement certains indifférents. Les autres se laisseront emporter par le récit de ces moments de vie que l'on retient comme pour conjurer le manque quand la mort frappe…

A.

Le deuil, une odyssée. Vivre après la mort d'un proche, Axelle Huber

ROMAN

Cet ouvrage au style poétique et imagé, mêlant réflexions, informations, outils, anecdotes et témoignages issus de son expérience professionnelle auprès de personnes **endeuillées**, elle nous décrit comment, au fil du temps, en dépit du terrible choc de la perte et d'une blessure qui restera ouverte longtemps, la vie finit par reprendre ses droits. Elle porte ainsi une parole d'espoir aux adultes ou adolescents qui ont perdu un proche et permet à leur entourage de mieux les accompagner dans cette traversée délicate, cette odyssée qui les mène de la mort à la vie.

D.





Vivre ! Comment faire face au deuil ? Cyril Tarquinio BD

Un roman graphique qui nous raconte le parcours d'une épouse et mère qui doit faire face au **deuil du conjoint, du père**, disparu rapidement à la suite d'une **maladie incurable**. Pour parvenir à franchir les étapes de l'absence, Julie a recours à une thérapie EMDR dont nous suivons les étapes vers la reconstruction.

C. **P/M** **M.M.**

Pour les adultes et professionnel.les



Mort, mais pas dans mon coeur, Josée Masson DOCUMENTAIRE
Un guide pour aider les parents, les éducateurs et toute personne concernée à accompagner les enfants et les adolescents qui ont **perdu un proche ou un être cher.** Grâce à des témoignages, notamment de personnes ayant gardé des séquelles de cette épreuve, l'auteure propose des conseils pour annoncer un décès, en parler, en expliquer les raisons et savoir réagir face à cette situation.

D. Q.M.

Je n'ai pas dit au revoir à mon bébé, Catherine Radet ESSAI
Ces mots sont écrits à l'encre des larmes de ceux qui ont connu le drame d'une grossesse interrompue, que ce soit par **mort fœtale, fausse-couche, interruption médicale ou volontaire de grossesse, ou autre.** Sans jugement, l'auteur pose des mots sur la souffrance du **deuil périnatal**, d'autant plus lourde qu'elle est méconnue. De même, ce livre invite à une traversée du deuil spécifique de l'enfant à naître, par une approche à la fois physiologique, sociologique, philosophique et psychologique, toute en délicatesse et en profondeur.



P.



Deuils périnataux, douleurs secrètes, Florence d'Assier de Boisredon
ESSAI
Que faire devant la détresse de parents qui ont perdu « leur bébé » à la suite de **fausses couches, d'interruptions de grossesse, médicales ou volontaires** ? L'affrontement à la mort d'un si petit être se vit souvent dans le silence, entre honte, culpabilité et incompréhension : le père, la mère se débattent dans un deuil particulier, mal reconnu et peu accompagné. Ce livre s'adresse ici non seulement à la famille, mais aussi à l'entourage, médical, psychologique, social et spirituel, qui se sent souvent démuni devant ces douleurs secrètes

P.

Après le suicide d'un proche, Christophe Fauré ESSAI
Une personne que vous aimiez s'est donné la mort. Face au vide, à la détresse, à l'impuissance, où trouver la force de continuer à avancer – et d'abord de survivre au **suicide** de son compagnon, de son parent, de son enfant ? Culpabilité, colère, désespoir, extrême solitude, désarroi des proches, Christophe Fauré aborde ici tous les aspects du **deuil lié au suicide**.



S.



La vie quand même, Elisabeth et Eric de Gentil-Baichis ESSAI
La **mort d'un enfant** est une souffrance profonde. La disparition par **suicide** laisse sans réponse nombre de questionnements. La vie s'écoule. Le chemin de reconstruction est long. Le regard sur la vie quotidienne est transformé. Cet ouvrage, écrit dans la durée, rend compte du cheminement intérieur fait par chacun des parents, par le couple pour re-vivre au quotidien, pour répondre aux besoins des autres enfants.

S.

Pour les adultes et professionnel.les



Accompagner le deuil en situation traumatique, Hélène Romano ESSAI
Cet ouvrage propose à partir de dix situations cliniques les repères et les ressources nécessaires pour une meilleure prise en charge des personnes ayant subi un **deuil en situation traumatique**. Les contextes de mort, les diverses manifestations du deuil et leur spécificité selon les âges, les rituels, les dispositifs d'accompagnement : cet ouvrage, rédigé par des professionnels de terrain, aborde l'ensemble de ce qu'il faut savoir sur le sujet.

D. M.I.

Quand la mort est traumatique, Pascale Brillon ESSAI
Comment amorcer un deuil alors que nous n'avons pas eu le temps de dire «je t'aime» ou «au revoir»? Quelles stratégies peuvent nous aider à vivre ce cheminement plus sereinement. La mort est un événement naturel, pourtant elle est souvent difficile à accepter. Alors, que dire des **morts traumatiques**, celles qui nous ont enlevé ce que nous avions de plus précieux, celles qui n'auraient pas dû avoir lieu ou qui arrivent beaucoup trop tôt?

D. M.I.





Mal-être et suicide, Audrey Claire DOCUMENTAIRE
Face à la détresse, des clés pour agir avec justesse. Chaque année, le **suicide** touche des milliers de vies et impacte de nombreuses familles. Ce livre croise témoignages et expertises pour comprendre les causes, repérer les signes, accompagner les proches et briser enfin le silence.

S.

Vivre le deuil au jour le jour, Christophe Fauré ESSAI
La **perte d'un proche**, prévisible ou brutale, est un traumatisme dont les répercussions physiques, psychologiques, relationnelles, sociales et spirituelles se font sentir tout au long de la vie. Le deuil est différent selon la place de la personne que l'on a perdue et la manière dont celle-ci s'inscrit dans l'histoire de chacun. Mais dans tous les cas, il est fait d'un amalgame d'émotions et de réactions dont la complexité n'a d'égale que la violence qu'il cause.

Ê.C.

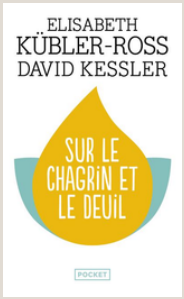




Décès périnatal : Le deuil des père, Francine de Montigny
Le **décès d'un enfant durant la grossesse** ou peu de temps après la naissance pose plusieurs défis aux parents, à la fratrie et à la famille. Si l'expérience des femmes dans ce difficile contexte a été abondamment abordée, un certain silence entoure encore celle des hommes. Basé sur des témoignages de **pères endeuillés**, ce livre brise ce tabou.

P.

Pour les adultes et professionnel.les



Sur le chagrin et sur le deuil, Elisabeth Kübler-Ross
Après trente-six ans de carrière, Elisabeth Kübler-Ross, en collaboration avec David Kessler, nous livre dans cet ouvrage la somme de son expérience. Pour enfin tourner la page du chagrin, ils détaillent les **cinq stades du deuil** : le déni, la colère, le marchandage, la dépression et l'acceptation.

D.

Faire face au deuil animalier, Amandine Samson ESSAI
Perdre un **animal de compagnie**, c'est bien plus que dire adieu à un simple compagnon. C'est perdre un être cher, un membre de la famille, un ami, un confident, un protecteur qui a partagé nos joies, nos peines, nos aventures et nos moments de solitude. Entre journal intime du deuil et véritable guide, vous trouverez ici le soutien d'une professionnelle, mais aussi ses conseils, des exercices de réflexion, des activités créatives et des pratiques de guérison, pour apaiser votre douleur et retrouver le chemin vers la sérénité.



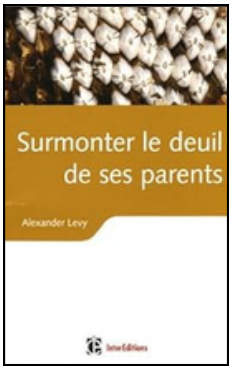
A.



J'ai réussi à rester en vie, Joyce Carol Oate ROMAN
Il est mort. Je lis le journal, je prends mon petit déjeuner. Il est mort. Je n'oublie pas mes clés, de nourrir le chat, d'arroser les plantes. Il est mort. Je réponds aux questions de mes étudiants, je rédige un article. Il est mort. Mon amour, **mon mari depuis quarante-sept ans est mort** et je suis encore là. **Veuve**. Amputée de lui. Il a lâché ma main, je vacille. Comment continuer à vivre maintenant ?

C.

Surmonter le deuil de ses parents, Alexander Lévy ESSAI
Adulte, perdre son ou ses parents est considéré comme naturel. Pourtant le **décès de parents**, même âgés, est loin d'être un phénomène neutre. Outre le choc de la disparition, cet ouvrage analyse les réactions en chaîne et les remises en question que provoque **la perte de son père ou de sa mère** - que ce soit sur l'instant ou bien des mois plus tard. Ce livre aide à accepter ce que le deuil d'un parent peut faire naître en soi de non rationnel, de brutal et d'incompréhensible pour la personne que l'on pensait être.



P/M



Le deuil impossible, Edith Goldbeter-Merinfeld ESSAI
Le deuil ne se limite pas à un processus individuel, il peut être vécu au sein d'une famille, ce qui implique une gestion de la place de l'absent, dans et par le système familial. L'auteure analyse ici le rôle de ce qu'elle nomme tiers pesant, en général un **membre familial**.

D. **Ê.C.**

Pour les adultes et professionnel.les



Faire son deuil, vivre un chagrin, Emmanuel Keirse ESSAI

S'appuyant sur son expérience d'**accompagnement des personnes en deuil** et de supervision des soignants, l'auteur, psychologue clinicien et docteur en sciences médicales, propose des réflexions et des repères sur l'accompagnement du deuil et des situations de détresse. S'adresse à un public professionnel psycho-médico-social, à la famille et à l'entourage des personnes éprouvées.

D.

Comprendre un enfant ou un adolescent en deuil, Béatrice Copper-Royer
ESSAI

Après **la mort d'un proche**, l'enfant ou l'adolescent peut adopter différents comportements, des réactions pouvant laisser ses proches dans la perplexité. Tout en présentant des témoignages variés autour de ces situations, les auteures délivrent des conseils pour les accompagner après le deuil, les aider à se reconstruire et à avancer dans la vie malgré les blessures.

Ê.C.





Au bonheur des morts, Vinciane Despret ESSAI

A partir des témoignages de personnes confrontées au **décès d'un proche**, la philosophe s'interroge sur la nécessité de faire son deuil, une expression qu'elle estime galvaudée car ne correspondant pas à la relation entre les vivants et les morts. Elle montre que les individus en deuil ne cherchent pas la plupart du temps à se détacher de leurs morts, mais à les intégrer à leur vie quotidienne.

Ê.C.

Parents orphelins, Sophie Nanteuil ESSAI

Les tabous, les non-dits, les maladresses autour des **fausses couches**, des **interruptions médicales de grossesse**, des **morts in utero** ou à **quelques jours de vie** sont présents dans notre société. Même si la parole commence à se libérer sur les réseaux sociaux, cela n'est pas su sant. Avec ce livre, nous voulons montrer à ces femmes et à ces hommes qu'elles et ils ne sont pas seul(e)s. Prenons le temps d'écouter ces **parents orphelins**, leur force est une leçon de vie.

P.



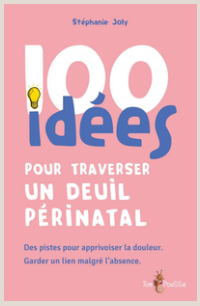


Le deuil, Marie-Frédérique Bacqué ESSAI

Une présentation des **nouvelles approches psychologiques et sociales du deuil** pour prévenir le risque de déséquilibre sur les sujets vulnérables, notamment chez les enfants.

D.

Pour les adultes et professionnel.les

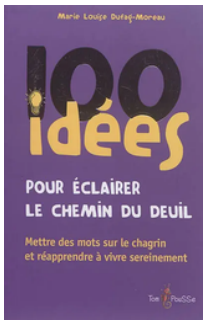


100 idées pour traverser un deuil périnatal, Stéphanie Joly
DOCUMENTAIRE
La **perte d'un bébé avant ou après la naissance** plonge les parents dans un deuil méconnu et douloureux. L'autrice offre des pistes pour traverser cette épreuve et aider l'entourage amical et professionnel à trouver les mots justes.

P.

100 idées pour éclairer le chemin du deuil, Marie Louise Dufag-Moreau
DOCUMENTAIRE
Des conseils pour aider les personnes en deuil à verbaliser la douleur, à identifier et à écouter ses émotions afin de se retrouver. L'auteure s'appuie sur des témoignages de personnes confrontées à la **perte d'un conjoint, d'un enfant ou d'un parent.**

D. Ê.C.





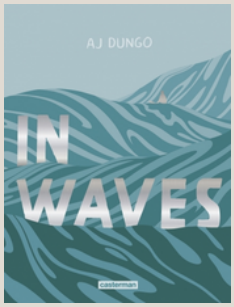
La mort d'un proche, Michel Hanus et Isabelle Hanus DOCUMENTAIRE
Quels mots pour en parler avec son enfant ? Confrontés à la **mort d'un proche,** les parents se retrouvent face à leur propre peine mais aussi à celle de leur enfant. Pour **accompagner au mieux son enfant**, bien des questions se posent alors. Des réponses simples pour accompagner les parents dans cette épreuve et les aider à la surmonter avec leur enfant.

D.

Le soleil va se lever, L'Homme Étoilé BD
Infirmier en soins palliatifs, l'auteur compose une **anthologie positive du deuil** afin d'accompagner les personnes qui y sont confrontées dans l'optique de **réinventer le rapport à la perte**. Partant à la rencontre de celles et ceux qui consacrent leur vie à accompagner la douleur de ceux qui restent, il partage son expérience.

M.M. D.





In waves, A.J. Dungo BD
Avec pudeur, l'auteur restitue les moments de grâce de sa relation avec son amie Kristen, les émotions des premières rencontres, la violence du **combat contre la maladie** et la dignité de la jeune femme, calme et courageuse dans l'épreuve. Il évoque leur passion commune pour le surf, en intercalant dans son récit un petit précis de l'histoire de cette discipline.

M.M. Ê.C.

Pour les adultes et professionnel.les



Le deuil invisible : Se reconstruire après la perte de son enfant en période périnatale, Jessika Brazeau ESSAI

La **perte d'un enfant avant ou après la naissance** est une expérience douloureuse, voire traumatisante, pour plusieurs parents. Bien que le d**euil périnatal** touche une grossesse sur cinq, force est de constater qu'il demeure un sujet tabou. Dans cet ouvrage, la psychologue Lory Zephyr et la journaliste Jessika Brazeau abordent cette épreuve avec douceur et compassion et rassemblent une foule d'informations, de ressources précieuses ainsi que plusieurs témoignages pour aider les parents.

P.

C'est ok que tu ne sois pas ok : rien de plus normal que d'aller mal durant un deuil, Megan Devine ESSAI

Des conseils pour gérer le stress, améliorer le sommeil et **mieux vivre le deuil**, sans pour autant tenter de réparer la douleur légitime de la perte de l'autre. L'autrice, qui a perdu accidentellement son mari, propose un guide afin d'aider ses proches à surmonter cette épreuve difficile de la vie.

D. Ê.C.





Drame du suicide d'un proche : tenter de comprendre et se reconstruire, Jacques Baugé ESSAI

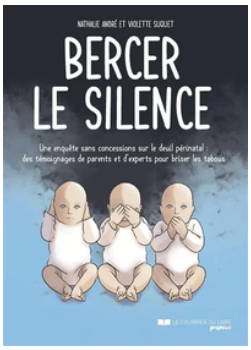
Destinées aux familles endeuillées, aux bénévoles d'associations ou aux professions paramédicales, des informations d'ordre psychologique, médical, scientifique, pratique voire spirituel sur le **suicide**. Elles concernent notamment les facteurs favorisant cet acte, le ressenti et la culpabilité des proches, l'évolution du deuil, les aides et soutiens ainsi que les répercussions sur la famille.

S.

Bercer le silence, Nathalie André BD

Une enquête sur le **deuil périnatal** en France, une réalité qui touche une femme sur quatre, avec chaque année environ 200.000 fausses couches, 16.000 grossesses extra-utérines, 7.000 interruptions médicales de grossesse et 4.000 bébés morts in utero. Entre témoignages scénarisés et interviews d'experts, les auteures questionnent le silence de la société sur ces drames qui endeuillent les familles.

P.





Hommes et femmes face au deuil, Nadine Beauthéac-Bouchart ESSAI

Lorsque la mort survient dans la famille, hommes et femmes ont souvent du mal à se comprendre. Couples, pères et filles, mères et fils, frères et sœurs partagent la douleur de la perte mais s'éloignent. Contenir ses émotions ou laisser couler ses larmes, exprimer sa peine ou rester silencieux, penser ou ressentir, se projeter dans le futur ou être en lien avec le passé... sont des différences d'attitude qui peuvent ajouter de la souffrance à la souffrance.

Ê.C.

Sitographie

Jonathan Pierres Vivantes est une association de familles endeuillées par le décès d'un enfant, d'un frère ou d'une sœur, quel que soit l'âge de l'enfant et quelle que soit la cause du décès. Nos équipes animées de parents, de frères et sœurs, bénévoles et formés à l'écoute, vous accueillent dans ses 50 lieux d'accueil.

L'association ***Apprivoiser l'absence*** a pour vocation d'accompagner le deuil des parents et les frères et soeurs en deuil au sein d'un réseau, en apportant écoute, aide et soutien et de tisser du lien social en évitant l'isolement et permettre à chacun de découvrir ses propres ressources.

Toute l'équipe de notre association ***Mieux traverser le deuil*** est à votre service pour vous informer et vous accompagner dans votre chemin de deuil.
Vous y trouverez des vidéos, des articles, l'accès privatif à une communauté bienveillante et des parcours individualisés.

L'association ***Empreintes*** va de l'individu à la société et vise à aider les personnes en deuil à travers une ligne d'écoute téléphonique nationale gratuite, des entretiens individuels et familiaux.
Elle forme des professionnels et des bénévoles et est mobilisé pour développer une politique publique d'accompagnement, de sensibilisation et de formation en faveur des personnes en deuil

La vie, la mort ... On en parle ? est un portail de ressource qui vise à aider les parents, le monde éducatif et la médecine scolaire à aborder les questions de fin de vie, de mort et de deuil avec enfants et adolescents et accompagner les situations auxquelles ils peuvent être confrontés.

Le Point rose accompagne les familles et les professionnels confrontées à la fin de vie d'un enfant avec une prise en charge adaptée au traumatisme que représente la perte d'un enfant. Offrir des ressources humaines, matérielles et psychologiques dans cette épreuve pour aider à trouver une forme de résilience après l'impensable, telles sont les ambitions de l'association.

Sitographie

La Fédération Vivre son Deuil se donne pour objectifs de coordonner l'accompagnement des personnes en deuil, soutenir les activités des différentes associations qui la composent, proposer des formations initiales de base puis spécifiques et innovantes pour les bénévoles et les professionnels et de stimuler la réflexion autour du deuil en organisant des rencontres, des congrès et en créant des publications.

FÉDÉRATION EUROPÉENNE Vivre Son Deuil

ESNPE

Le deuil d'un bébé fait partie des deuils particulièrement difficiles à traverser pour les parents, pour la fratrie, mais aussi pour la famille élargie. L'association ***l'Enfant Sans Nom - Parents Endeuillés*** souhaite stopper le silence autour d'un tabou., offrir un accompagnement de qualité aux parents et familles endeuillées et informer et sensibiliser l'opinion publique sur la réalité, les difficultés et les conséquences du deuil périnatal.

Deuil'S est une association qui se donne comme mission de mettre à disposition de l'endeuillé (que nous appelons le deuilleur) un pôle de professionnels et de compétences pour l'accompagner dans la transition et le changement qu'implique toute perte importante.

Deuil'S

La ***Fédération JALMALV*** (Jusqu'A La Mort Accompagner La Vie) accompagne les personnes confrontées à la mort : fin de vie, grand-âge, deuil, et agit pour briser le tabou de la mort.

L'association ***Agapa*** accompagne les personnes confrontées à une grossesse interrompue ou à la perte d'un bébé. Elle propose notamment des entretiens personnels, des groupes de parole en présentiel ou en visio et des formations destinées aux professionnels.

agapa
Parler, apaiser.

Liste de recommandation

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____