

## Le deuil blanc : accompagner les pertes invisibles



*Accueillir, comprendre, reconnaître et accompagner les sentiments de deuil vécu par les aidants proches. Voilà un des défis à relever lorsque la personne s'efface progressivement derrière une maladie neurodégénérative de type Alzheimer ou apparentée.*

### Public cible :

Personnel soignant travaillant en institution de soins/en institut pour personnes en situation de handicap / dans le secteur des soins à domicile.

### Objectifs :

- Connaître et comprendre le processus du deuil blanc
- Identifier et reconnaître les difficultés qui en découlent
- Questionner et analyser les impacts du deuil blanc sur la vie quotidienne et sur les relations
- Reconnaître et valider les vécus, les fragilités et les forces de la personne malade, des proches et du personnel
- Anticiper et apprivoiser les changements tout au long du processus et des différentes étapes du deuil
- Développer une qualité d'accueil, d'écoute et de présence « pour l'autre » tout en prenant soin de soi et de ses propres besoins
- Connaître et respecter ses propres limites pour éviter de s'essouffler
- Analyser et comprendre les enjeux éthiques du deuil blanc pour soutenir les familles et les proches à chacune des étapes de la maladie

### Contenu :

- Définitions, étapes du processus du deuil blanc (chagrin, pensée paradoxale, stress, épuisement...)
- Conséquences de ce processus
- Outils d'analyse des impacts
- Elaboration de stratégies d'accompagnement des aidants proches
- Découverte et expérimentation de techniques corporelles et créatives pour évacuer et se ressourcer tout en acceptant et en intégrant les pertes progressives (sophrologie, carnet de deuil, ...)

### Méthodologie :

- Apport théorique, mise en situation didactique, pratiques corporelles, créatives et expressives, découverte et expérimentation d'outils, échanges favorisant l'expression, le partage des vécus et les expériences de terrain.

### En pratique :

- En 1 journée
- Support pédagogique et assistance administrative mis à disposition de tous les participants