

Les Centres Locaux de Promotion de la Santé de la province de Liège

Répertoire d'outils et de ressources documentaires pour permettre l'expression des émotions et des besoins dans l'accompagnement des personnes sinistrées par les inondations

Ce guide s'adresse aux :

- **Psychologues**
- **Travailleurs sociaux**
- **Soignants**
- **Enseignants**
- **Educateurs**
- **Pouvoirs locaux**

Enfants / Adolescents / Adultes / Aînés



Centre Local de Promotion de la Santé
HUY-WAREMME

Rue Saint Pierre, 49
☎ 085.25.34.74

✉ info@clps-hw.be; clps@clps-hw.be
🌐 www.clps-hw.be

Centre Liégeois de Promotion de la Santé

Place de la République Française, 1
(2eme étage) ☎
04.279.50.52

✉ promotion.sante@clps.be 🌐
www.clps.be

Le Centre Verviétois de Promotion
de la santé

Rue Xhavée, 21 ☎
0496/10 50 65

✉ v.beckers@cvps.be
🌐 www.cvps.be

Introduction

En province de Liège, l'aide psycho-sociale aux personnes sinistrées est coordonnée par le Réalism.

Ce dernier a édité un [Guide Psychologie de première ligne](#) qui fait le point sur les besoins prioritaires de ces personnes. Il a également compilé des ressources dans un Padlet :

[Trouver des ressources suite aux inondations](#) 

Liste de ressources disponibles pour les familles sinistrées, et les professionnels qui les accompagnent, suite aux inondations qui ont frappé la Province de Liège en juillet.

Dans ce contexte de crise et d'urgence, les Centres Locaux de Promotion de la Santé de la province de Liège (Huy-Waremme, Liège, Verviers) ont rassemblé une série de ressources pédagogiques et documentaires pouvant aider les professionnel.le.s dans l'accompagnement des personnes sinistrées (enfants, adolescents, adultes, aînés).

Le présent recueil recense, de manière non exhaustive, une sélection de ressources qui favorisent l'expression des émotions et des besoins, ainsi qu'une écoute empathique. Elles peuvent être empruntées gratuitement dans chaque CLPS.

Le document, non exhaustif, sera mis régulièrement à jour pour s'adapter à l'évolution des besoins des professionnels et du public et intégrer les nouvelles parutions.

N'hésitez pas à contacter le CLPS de votre arrondissement pour un conseil, un accompagnement ou pour trouver d'autres ressources plus adaptées à vos besoins.

Ressources documentaires numériques

[Cahier d'expression « Parlons des inondations... »](#)

[Support téléchargeable](#) 

Editeur : Geneviève Aldenhoff-Pire Assistante sociale en CPMS genevievealdenhoff@outlook.com



Petit carnet d'expression à colorier et à compléter par les enfants pour mettre des mots sur leur vécu.

[Guide « Psychologie de première ligne »](#)

[Support téléchargeable](#) 

Editeur : Association de fait REALISM Liège



Ce guide tente de faire le point sur les besoins des sinistrés afin de leur permettre de dépasser leurs craintes, leurs frayeurs, leurs angoisses, de retrouver un sentiment de sécurité, de redevenir acteur de leur vie.

[RTBF.be « Inondations en Belgique : comment en parler aux enfants et quelle aide psychologique apporter ? »](#)

[Pour consulter l'article](#) 

Editeur : rtbf.be



Comment en parler aux enfants ? Quelques pistes pour retrouver de la sérénité et surmonter cette période difficile.

[Brochure « Et toi, comment ça va ? »](#)

[Support téléchargeable](#) 

Editeur : SPF Santé publique, sécurité de la chaîne alimentaire et environnement



Conseils aux sinistrés

Outils pédagogiques

○ Petite enfance (3-5 ans)

Pictogramme des sentiments MC : Emotions ; Compétences psychosociales ; Sentiments ; Handicap
Public(s) : A partir de 3 ans - **Support** : Cartes - Editeur(s) : SCHUBI



Les pictogrammes des sentiments sont particulièrement adaptés aux enfants avec un comportement difficile connaissant des difficultés d'apprentissage, ils conviennent également aux adultes. Les pictogrammes sont organisés de sorte que plusieurs qualités de sentiments puissent leur être attribuées. Ils offrent des possibilités d'identification et stimulent la créativité des participants.

Poupée émotions MC : Emotions ; Sentiments
Public(s) : A partir de 3 ans - **Support** : Poupée, cartes Editeur(s) : EDUSHAPE



Poupée qui encourage les enfants à exprimer facilement leurs sentiments et aider les autres à comprendre comment ils se sentent. Chaque élément expressif de son visage existe en plusieurs versions, équipées d'un scratch, afin de transformer l'expression faciale de la peluche. Accompagnée de cartes guide illustrées

6 Marionnettes émotions MC : Emotions ; Sentiments
Public(s) : A partir de 3 ans - **Support** : Lot de marionnettes Editeur(s) : Nowa szkola



Lot de 6 grandes marionnettes en feutrine pour travailler en groupe la reconnaissance des émotions. Chacune des marionnettes représente une émotion : la peur, la tristesse, la colère, la joie, la surprise, et une marionnette « neutre ». Toutes sont volontairement simples et sans fioriture pour que l'enfant puisse se concentrer sur l'émotion sans que l'apparence de la marionnette entre en jeu. Elles sont particulièrement appréciées pour travailler en classe la reconnaissance des émotions et se projeter à travers des saynètes.

AniMate MC : Emotions primaires
Public(s) : A partir de 3 ans - **Support** : Kit pédagogique - Editeur(s) : AniMate



Cet outil comprend tous les pictogrammes nécessaires au développement des compétences de communication. Avec les pictogrammes vous pourrez aborder les sujets suivants : comprendre les émotions, identifier ses besoins et y répondre, faire des demandes, exprimer une douleur, etc...

Les Monstres de couleurs MC : Emotions ; Sentiments
Public(s) : A partir de 3 ans - **Support** : Peluches, cahier Editeur(s) : Quatre Fleuves



Lot de peluches et un cahier de coloriage où l'enfant colorie le monstre des couleurs en fonction des émotions que les images l'inspirent

La planète des émotions MC : Expression de soi, compétences psychosociales ; Emotions

Public(s) : A partir de 3 ans - **Support** : Jeu de table - Editeur(s) : Placote



Un jeu conçu pour aider les enfants à comprendre les émotions ressenties par plusieurs personnes dans une grande variété de situations, et ainsi favoriser le développement de l'empathie. Objectif : montrer aux extraterrestres comment comprendre les émotions, car ils ne savent pas ce que c'est. Les aider à quitter la planète Padémo pour se rendre sur la Terre et y vivre leur première émotion ! Avance en lançant le dé, prends des cartes et devine les émotions ressenties par les personnages illustrés.

La sophrologie par les contes MC : Expression de soi ; Emotions

Public(s) : A partir de 3 ans - **Support** : Livre CD - Editeur(s) : Kiwi



5 histoires pour apprivoiser ses émotions et s'épanouir sereinement. Les contes de ce livre ne sont pas des contes comme les autres. Jalonnés d'exercices de sophrologie (relaxation, respiration, visualisation), ils invitent l'enfant à vivre les aventures de l'histoire en même temps que les personnages. Les situations proposées tout au long du conte vont l'aider à apprivoiser ses émotions (colère, peur, anxiété, excitation, tristesse...) et à éveiller en lui de nouvelles capacités salvatrices. L'enfant pourra ensuite réutiliser ces exercices dans la vie courante, pour bénéficier à tout moment des bienfaits de la sophrologie. À travers ces histoires, il va découvrir les ressources nécessaires pour faire face aux problématiques et aux difficultés rencontrées au quotidien (manque de confiance en lui, troubles de l'attention, difficultés à s'endormir...). Ces contes vont rapidement devenir un rituel dans lequel il va pouvoir retrouver le calme et l'énergie positive dont il a besoin, afin de grandir en toute sérénité.

La boîte à émotions de Zatou. MC : Emotions ; Confiance ; Estime de soi ; Autonomie

Public(s) : A partir de 3 ans - **Support** : Kit - Editeur(s) : Retz



Cet outil propose une démarche et des outils pour aider les élèves et les enseignants de maternelle à prendre en compte et à gérer les émotions de la classe au quotidien, en favorisant un climat serein, calme et bienveillant, propice à une bonne entrée dans les apprentissages. L'objectif est de permettre à l'enseignant et aux enfants de comprendre, nommer, accueillir et gérer leurs émotions, avec bienveillance et calme, tout en développant leurs propres ressources (confiance, estime de soi, empathie, responsabilisation, autonomie...).

Sophrologie. Trois histoires pour relaxer son enfant par le jeu. MC : Relaxation ; Emotions

Public(s) : A partir de 5 ans - **Support** : Guide - Editeur(s) : Mango



Le temps d'une histoire, faites découvrir à votre enfant les bienfaits de la sophrologie ! L'auteur, psychologue et sophrologue, propose trois contes inédits dans lesquels l'enfant est invité à vivre les aventures des personnages. Par le biais du jeu, l'enfant, en imitant leurs gestes, effectue tout naturellement des exercices de relaxation et exprime ses propres émotions. Trois thèmes, trois histoires ! > Petit Écureuil ne trouve plus le sommeil > Le dragon qui avait peur du noir > Rose la petite sorcière a du chagrin Des illustrations pleines de charme qui stimulent l'imagination des enfants. Un accompagnement pas à pas pour le parent qui visualise ce qui est demandé à l'enfant.

« Historémo - La vie pleine d'émotions de la sorcière Camomille ». MC : Emotions ; Connaissance de soi ; Estime de soi

Public(s) : A partir de 5 ans - **Support** : Cartes - Editeur(s) : DIDEMO



Aborde la compréhension des émotions et de leur régulation à partir de situations mobilisant la compréhension de textes et la transposition texte-images. Plusieurs histoires (à lire ou à écouter) relatant le scénario d'une émotion, sont à illustrer avec des images. Quatre fins possibles sont proposées, correspondant à différentes stratégies de régulation émotionnelle. Le choix de la fin se fera sur le critère de la préférence personnelle ou de l'intention de la petite sorcière concernant son émotion (l'apaiser, l'intensifier, ne plus y penser...). Ce matériel offre aux professionnels (orthophonistes, psychologues, neuropsychologues) des entrées variées, adaptables aux besoins des enfants. Le matériel possède également un

guide sur la régulation émotionnelle, qui présente les stratégies de régulation et leur pertinence par rapport aux intentions de la sorcière.

« **Moogy** » **Le jeu des émotions**. MC : Emotions

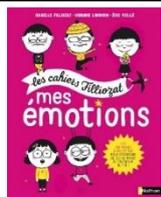
Public(s) : A partir de 5 ans - **Support** : Cartes - Editeur(s) : MINILAND



Un jeu simple et bien pensé pour appréhender les émotions. 8 cartes montrent Moogy dans des situations diverses, chacune représentant une émotion spécifique. Chaque état d'esprit est précisé au dos de la carte (surpris, ennuyé, effrayé, fâché, triste, joyeux, satisfait et dégouté). On peut ensuite reproduire l'expression faciale du personnage grâce à des pièces de puzzle. Objectif(s) : Aider les enfants à identifier les émotions et exprimer leurs sentiments.

« **Les cahiers Filliozat** » **Mes émotions**. MC : Emotions

Public(s) : A partir de 5 ans - **Support** : Cahier d'activités - Editeur(s) : Nathan



Dans ce Cahier Filliozat, le « maître des émotions » invite l'enfant dans un fabuleux voyage pour découvrir les émotions et en devenir maître. Un voyage ponctué d'activités : découpage, coloriage, collage, labyrinthe... Des aptitudes qui l'aide à se découvrir, se comprendre et mieux vivre avec les autres ! Et les parents ? Ils ne resteront pas perdus face aux émotions de leurs enfants ! Un livret pour comprendre les émotions des enfants et des astuces à mettre en place au quotidien pour aider l'enfant à développer son intelligence émotionnelle.

Objectif(s) : Ce cahier permet aux enfants de comprendre ce qu'ils ressentent, mettre des mots sur les émotions et savoir les expliquer.

Les cahiers Filliozat : Mes peurs, amies ou ennemies ? MC : Emotions ; Confiance ; Estime de soi

Public(s) : A partir de 5 ans - **Support** : Cahier d'activités - Editeur(s) : Nathan



Un cahier d'activités pour aider l'enfant à apprivoiser ses peurs utiles et surmonter ses craintes inutiles. 3 idées fortes :

- D'où viennent-elles, pourquoi certaines sont-elles utiles ?
- Comment reconnaître les peurs utiles et les autres ?
- Comment faire face à ces peurs ? des éclairages, des ressources, des idées, des outils pour

toute la vie Psychologue clinicienne et psychothérapeute, Isabelle Filliozat est l'auteure de plusieurs best-sellers, dont L'intelligence du cœur, Au cœur des émotions de l'enfant et J'ai tout essayé. Elle prône une parentalité résolument positive, orientée vers l'éviction de tout ce qui fait peur ou honte à l'enfant.

○ **Enfants (6-12 ans)**

Le langage des émotions MC : Emotions ; Compétences psycho-sociales ; Vivre ensemble

Public(s) : Tous publics, à partir de 6 ans - **Support** : Cartes Editeur(s) : Fédération des Centres pluralistes de planning familial



L'apprentissage du langage émotionnel et l'expression des sentiments pouvant nécessiter "un petit coup de pouce", ce jeu a été développé comme une invitation à voyager au travers de ce qui nous anime afin d'y découvrir le riche panel de nos émotions.

L'expression des besoins MC : Emotions ; Compétences psycho-sociales ; Vivre ensemble ; Expression de soi

Public(s) : Tous publics, à partir de 6 ans - **Support** : Cartes Editeur(s) : Fédération des Centres pluralistes de planning familial



Cet outil propose des cartes illustrant une large palette de besoins humains. Cette invitation à l'introspection, en nommant les besoins, facilite l'apprentissage d'un vocabulaire utile pour développer son intelligence émotionnelle. Elle facilite le constat qu'on est différents et qu'on a des besoins différents. Cette thématique s'avère particulièrement pertinente dans notre société pour apprendre à

distinguer les besoins des désirs

L'Univers des sensations MC : Emotions ; Compétences psycho-sociales ; Vivre ensemble ; Expression de soi

Public(s) : Tous publics, à partir de 6 ans - **Support** : Cartes Editeur(s) : Fédération des Centres pluralistes de planning familial



Support à l'identification, à l'expression et à la discussion sur le thème des sensations. Réalisé dans la suite du Langage des émotions et de L'expression des besoins, ce jeu peut facilement être utilisé seul ou en complément de ces derniers.

Emoticartes MC : Emotions ; Communication ; Estime de soi ; Parents/Enfants

Public(s) : Tous publics, à partir de 6 ans - **Support** : Jeu de cartes- Editeur(s) : Emotibox



Les Emoticartes sont des solutions ludo-éducatives afin d'aider enfants, parents et adultes à nommer et gérer leurs émotions, recréer du lien, de la communication, redonner confiance et estime de soi, motivation et enthousiasme.

Le Perlipapotte. MC : Emotions

Public(s) : A partir de 6 ans - **Support** : Cartes - Editeur(s) : Le Souffle d'Or



Jeu relationnel facile d'accès, universel, ludique et profond, pour se raconter les petites et grandes choses de la vie : joies, peurs, plaisirs, doutes et rêves. Pour jouer entre adultes et enfants à partir de 6 ans, ou pré-adolescents, ou entre enfants. La parole tourne comme par magie et c'est une belle aventure qui commence ! Exemples de questions : Quel homme admires-tu ? Qu'est-ce que tu réussis bien ? Qu'est-ce que tu ne sais pas bien faire ? Quand es-tu courageux ? Quand es-tu timide ? Quand es-tu en colère ? De quoi as-tu besoin ? Qu'est-ce que tu aimes ? Qu'est-ce que tu n'aimes pas ? Qu'est-ce qui t'étonne dans la vie ? Faites une partie pour tisser une relation authentique. Au fil des questions, chacun parle de sa vie. Le jeu ouvre le dialogue, développe la parole et l'écoute, et intensifie les liens entre les joueurs. Une fois la partie finie, les questions poursuivent leur chemin dans le quotidien du joueur. Certaines réponses viennent un peu plus tard.

Cartons des stratégies d'adaptation MC : Santé Mentale ; Estime de soi ; Stress ; Renforcement positif ; Connaissance de soi

Public(s) : A partir de 8 ans – Support : Cartes – Editeur(s) : Midi trente



L'apprentissage de stratégies d'adaptation aide les jeunes à diminuer leur stress et, par le fait même, augmente leur capacité à faire face à certaines situations. Il est également démontré que l'enseignement de stratégies d'adaptation efficaces prédit la réussite scolaire. Un examen difficile, un conflit familial, un déménagement, un échec scolaire... Les sources de stress sont bien présentes dans le quotidien des jeunes. Devant ces tracas et ces préoccupations de la vie quotidienne, ils réagissent en adoptant divers comportements visant à retrouver un certain équilibre. Ces comportements sont des stratégies d'adaptation. Les études démontrent que les jeunes qui disposent d'un plus vaste répertoire de stratégies d'adaptation vivent moins d'expériences négatives lorsqu'ils expérimentent des difficultés ou des situations de vie stressantes. Lorsqu'ils réussissent à maîtriser une situation difficile, ils augmentent leur capacité à s'adapter aux situations futures. Cela peut enrichir leur estime de soi, leur sentiment de compétence et leur bien-être général.

[Comment utiliser le jeu ?](#)

Graines de réconfort MC : Emotions Deuil Expression Maladie

Public(s) : - Support : Coffret pédagogique Editeur(s) : Averbode éducatif



"Graines de réconfort" est un ensemble d'outils pédagogiques pour aider les enfants de l'école primaire à communiquer à propos d'expériences de perte et de deuil et leur donner ainsi l'occasion d'apprendre, sous la direction d'enseignants ou d'autres adultes, à gérer sainement les expériences de perte. Le coffret propose des outils pour travailler 15 situations de pertes différentes. Donner l'occasion aux enfants d'exprimer leurs émotions liées à la perte et au deuil. Apprendre aux enfants à reconnaître, nommer et exprimer leurs sentiments, afin de mieux vivre et gérer leurs émotions lors des situations de perte ou de deuil

○ Adolescents (12-18 ans)

« **Mes sentiments, mes besoins.** MC : Emotions ; sentiments ; besoins

Public(s) : Tous publics, à partir de 12 ans - Support : Cartes - Editeur(s) : Item Evolution



Parce que nous n'avons pas appris à nommer nos sentiments avec des mots justes et encore moins à faire le lien entre nos sentiments et nos besoins et que, bien sûr, prendre soin de nos besoins était presque inimaginable (moi ? Je n'en ai pas besoin pour moi... J'en ai pour les autres peut-être mais pas pour moi...) Pour le personnel soignant : Ce jeu de cartes constitue un outil de précision au centre de la communication dans la relation "soignant-soigné". En effet, il permet de cerner, au plus près de la réalité, ce que le(la) patient(e) vit, ressent et d'identifier son éventuel besoin. La relation d'aide passe le plus souvent par une écoute attentive et une attitude empathique de ce qui se passe chez soi et chez l'autre... et grâce à ce jeu de cartes, on peut décoder et traduire rapidement les états émotionnels vécus. Pour vous personnellement : L'outil permet de mettre les mots justes, au plus près de votre réalité, sur que vous vivez, ressentez et, aussi, d'exprimer ce dont vous avez peut-être réellement besoin. Objectif(s) : Rester en lien avec ce qui nous habite et ainsi qu'il puisse prendre soin de ses besoins et aussi ceux des autres ! Nommer avec précision nos ressentis, émotions et nos besoins sans nous cantonner aux expressions génériques telles que "ça va, ça ne va pas, je me sens mal, je me sens bien..." - Faciliter grandement la communication, les échanges et l'ouverture de cœur avec l'autre

Et si on parlait d'autre chose MC : Santé globale ; Stress ; Education du patient

Public(s) : Tous publics, à partir de 12 ans - Support : Jeu de table- Editeur(s) : IREPS Pays de la Loire



Initialement conçu pour animer des séances collectives d'éducation thérapeutique du patient avec des adolescents et des adultes atteints d'une maladie chronique, ce jeu pourra tout à fait être utilisé dans d'autres cadres et milieux : avec des lycéens, avec des adultes en atelier santé... Conçu comme un médiateur de parole, il permet d'aborder la question du stress et du vécu d'événements difficiles, véritables obstacles pour l'accès à un bien-être physique, psychique et social. Le jeu propose dix personnages auxquels sont attribués des événements de vie stressants (santé, financier, social, familial, professionnel...). Après avoir choisi un personnage, les participants proposent des stratégies pour l'aider à y faire face. Les stratégies proposées sont l'occasion d'échanger, de s'exprimer sur le vécu du stress et d'explorer les moyens et les ressources pour y faire face et s'y adapter.

Resilio MC : Emotions ; sentiments ; besoins ; Stress

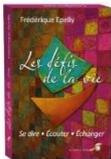
Public(s) : Adolescents et adultes, à partir de 14 ans – Support : Cartes – Editeur(s) : Zéphyr Luden



Les 99 cartes illustrées reflètent le stress de la vie quotidienne et proposent des pistes et possibilités pour se détendre. "Si la pression peut être vécue comme une source de stimulation, un élixir de longue vie, elle peut être très pesante, avec son cortège de contrariétés, de souffrances, et même causer des problèmes de santé, maladies, etc. Quels chemins peuvent nous donner accès à nos ressources intérieures, et nous aider à nous libérer du stress ? " Les 44 cartes-animaux sont des représentations symboliques de qualités avec lesquelles nous pouvons découvrir et renforcer notre résilience. Nous recevons ainsi une assistance métaphorique.

Les défis de la vie. MC : Emotions ; Echanges ; Connaissance de soi ; Estime de soi

Public(s) : Adolescents et adultes, à partir de 14 ans - Support : Cartes - Editeur(s) : Le Souffle d'Or



Jeu de cartes pour s'exprimer autour d'un thème commun. 36 cartes-questions pour jouer entre adultes, jeunes adultes et adolescents. Au fil des questions, chacun s'exprime autour d'un thème commun, partage ses expériences de vie, ses rêves. Un temps de partage et d'écoute pour explorer nos différences et s'en enrichir. Ce jeu ouvre le dialogue, développe la parole et l'écoute, intensifie le lien entre les joueurs. Sur chaque carte une phrase d'introduction « donne le ton » et une question vous interroge. Tirez une carte au hasard et lisez-la à haute voix.

Chacun s'exprime à tour de rôle. Laissez la parole prendre de l'ampleur ; l'essentiel réside dans l'échange. Si une carte ne vous inspire pas, passez à la suivante.

« Les défis de la vie » propose des thèmes différents :

- Les expériences de la vie (interaction, les opportunités ...).
- Les émotions (tristesse, joie, doute, courage ...).
- Les rêves (choix, projet, ambition ...).
- La vie quotidienne (les valeurs, les relations, le temps ...).
- Les relations (les différences sociales, culturelles et humaines ...).

BLABLA émotion MC : Emotions ; Confiance ; Estime de soi ; Communication ; Echanges

Public(s) : Adolescents et adultes, à partir de 15 ans - Support : Photos - Editeur(s) : CPAS Charleroi



Permettre aux personnes (dans le cadre d'un travail de groupe ou en travail individuel) de s'exprimer sur leurs émotions à travers la symbolique des images. Public cible : Tous les professionnels de l'action psychosocioéducative (enseignants, assistants sociaux, psychologues, éducateurs, ...) qui souhaitent travailler le renforcement de l'estime de soi et des compétences psychosociales (travail social individuel et/ou de groupe).

Conseils d'utilisation :

- Le groupe doit se connaître suffisamment avant de mettre en place cette activité
- Etaler toutes les images ou une présélection sur une table et demander à/aux la personne(s) de choisir une image qui correspond à son/leur état d'esprit émotif du moment. (Exemple : Après cette animation/séance/activité, je me sens...)
- Insistez bien sur le fait que les personnes peuvent s'abstenir de participer si elles le souhaitent ou peuvent choisir une image sans forcément s'exprimer sur leur choix.

N'hésitez pas à inventer vos variantes à l'utilisation de cet outil (tant que vous mettez en place un cadre sécurisant).

○ **Adultes (à partir de 18 ans)**

Eladeb MC : Evaluation, difficultés, besoins

Public(s) : Adultes - **Support** : Cartes - **Editeur(s)** : PCO



ELADEB est une échelle de mesure subjective des difficultés et du besoin d'aide de la personne évaluée. Le tri d'une série de cartes thématiques effectué par la personne concernée permet de dresser rapidement son profil de difficultés psychosociales et de mettre en évidence les domaines dans lesquels elle estime avoir besoin d'une aide supplémentaire. Cet outil peut être employé dans différents contextes cliniques et convient particulièrement aux personnes peu verbales, maîtrisant mal le français et plutôt réticentes devant des questionnaires

classiques.



Ce photo langage peut être utilisé pour mieux connaître les personnes, pour établir le rapport de confiance et faciliter la communication lors d'un entretien thérapeutique ou d'un groupe de parole. Objectifs : Etablir la confiance - Faciliter la communication - Permettre le débat et les échanges

Photo langage des situations à problèmes MC : Emotions ; Confiance ; Estime de soi ; Communication ; Echanges

Public(s) : Adolescents/ Adultes - **Support** : Cartes photos - **Editeur(s)** : Devilliers



Ce photo langage permet d'exprimer une situation problème d'une manière globale. Il peut aussi être la base d'une réflexion à propos du choix de la photo et de tous les éléments qui la composent. Une manière indirecte d'exprimer ce que l'on vit et ce que l'on ressent. Un outil d'exploration pour le thérapeute. Le photo langage des ressources viendra en complément pour explorer les solutions et les besoins. Objectifs : Etablir la confiance - Faciliter la communication - Permettre le débat et les échanges

Cosy Story MC : Estime de soi ; Expression de soi ; Emotions

Public(s) : A partir de 65 ans - **Support** : Cartes - **Editeur(s)** : Cosy Care



Outil ludique qui permet d'aborder avec les aînés des questions autour de 6 thématiques de vie et de compléter un carnet personnel d'histoire de vie. Pour les aînés : Passer un bon moment ensemble, raconter quelques moments de son histoire, créer du lien, réaliser un carnet personnalisé qui facilite la transmission et la considération, laisser émerger quelques souhaits, s'interroger sur l'envie ou non de les réaliser... Pour la famille, les professionnels, les volontaires, les aidants proches : enrichir les relations humaines, approfondir la connaissance et la considération des aînés, être à l'écoute des besoins des participants, créer

un support qui facilite la communication avec l'entourage, susciter chez les participants l'envie d'être acteur de sa vie, favoriser bien-être, autonomie, réalisation de soi, lien social.

Isolitude MC : Identité ; Représentations ; Isolement

Publics : A partir de 18 ans – **Support** : Imagier – **Editeur(s)** : Culture&Santé

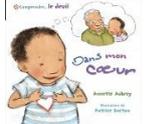
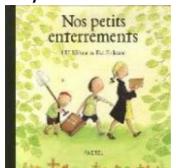


Réflexion menée par l'asbl Caria sur la solitude et l'isolement des personnes âgées, et ayant abouti à la publication du carnet « la solitude, l'isolement et la personne âgée : paroles croisées et démarche du projet ». L'outil permet de mener une animation sur les thèmes de la solitude et de l'isolement (notamment des personnes âgées mais pas uniquement). Offre une occasion d'exprimer ses représentations, de découvrir des témoignages et de se positionner

par rapport à ceux-ci, d'identifier, à partir des cartes illustrées, les facteurs qui sont à la source de la solitude et de l'isolement. L'outil propose des pistes pour rompre cette solitude et cet isolement, lorsqu'ils sont subis. Animation pour un groupe de 5 à 12 personnes.

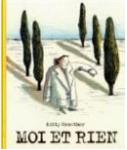
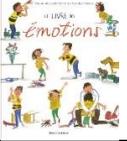
Livres

○ Petite enfance (3-5 ans)

<p>Comment te sens-tu ? Ed/Aliki</p> 	<p>Publics : à partir de 3 ans Mots clés : émotions Résumé : Triste ? En colère ? Timide ? Content ? En ébullition ? Nous n'avons jamais fini d'explorer toutes ces émotions qui nous animent et nous motivent à tout âge.</p>
<p>Comprendre le deuil... Dans mon cœur A.Aubrey</p> 	<p>Publics : 4 ans et +ans Mots-clés : Deuil Résumé : Depuis la mort de son grand-père, Antonin est très triste. Ses parents sont malheureux et lui n'arrive pas à comprendre pourquoi il ne reverra plus cet homme qui lui est si cher. Explorez la pénible question de la mort et du deuil avec votre enfant en lisant cette histoire d'un jeune garçon qui confie sa peine à ses parents et qui tentent, ensemble, de la surmonter.</p>
<p>Au revoir maman Ed/Nord-Sud</p> 	<p>Publics : de 3 à 6 ans et + Mots-clés : mort, deuil, tristesse Résumé : Ce livre parle avec une justesse et une finesse rare de la perte d'un parent du point de vue d'un enfant. Cet album, dans un langage sans détours, et avec des illustrations évocatrices, explore les nombreuses émotions qu'un enfant peut éprouver face à la mort</p>
<p>Nos petits enterrements Ed/Pastel</p> 	<p>Publics : à partir de 5 ans Mots-clés : mort, deuil Résumé : Esther faisait les cent pas dans la clairière. Elle réfléchissait. Je voyais qu'elle allait avoir une idée. " Le monde entier est plein de morts, a-t-elle dit. Dans chaque buisson, il y a une souris, ou un oiseau, ou un papillon mort. Il faut que quelqu'un de gentil s'en occupe. Il faut que quelqu'un se dévoue pour enterrer toutes ces bêtes mortes.</p>

○ Enfants (6-12 ans)

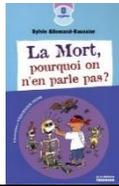
<p>Au revoir Papa E.Eeckhout</p> 	<p>Publics : de 6 à 8 ans Mots clés : Emotions, Deuil Résumé : Les autres disent que mon papa est mort. Moi, je crois qu'il est au ciel. Je pense à lui tous les jours. Et lui, est-ce qu'il pense à moi aussi ? Je l'attends. Ça fait longtemps maintenant qu'il est parti. Il a peut-être une nouvelle maison cachée dans les nuages ? Maman dit qu'il est toujours là, près de moi, dans mon cœur. Mais ce que je voudrais, c'est qu'il soit ici. Il me manque tellement !</p>
<p>Le chien de Max et Lili est mort D.de Saint-Mars</p> 	<p>Publics : de 5 à 8 ans Mots-clés : Deuil, chagrin Résumé : Quel choc ! Pluche s'est fait écraser par une voiture. Comment annoncer la terrible nouvelle à Max et Lili ? Comment vont-ils réagir à cette mort brutale, à l'absence du fidèle compagnon de leur enfance ? Ce livre de Max et Lili parle de la mort d'un animal de compagnie. Il permet de reconnaître le chagrin des enfants, comprendre que la mort fait partie.</p>

<p>Moi et rien Ed/Pastel</p> 	<p>Publics : 6 à 8 ans Mots-clés : mort, deuil, solitude Résumé : C'est surtout un livre qui parle du deuil. En effet, la petite Lila a perdu sa maman et se sent bien seule. Son papa n'est plus tout à fait comme avant, il continue à exercer son métier de jardinier mais délaisse complètement le jardin familial... C'est une histoire très touchante, avec une fin inattendue.</p>
<p>Mon chien est mort E Englebert</p> 	<p>Publics : 6 ans et + Mots-clés : mort, deuil, Résumé : Mon chien est mort (TP) Pas facile d'accepter la mort d'un petit animal domestique... Pas à pas, un petit livre utile pour expliquer, comprendre et accompagner un deuil.</p>
<p>Le livre des émotions Ed/Bayard jeunesse</p> 	<p>Publics : à partir de 7/ 8 ans Mots-clés : émotions Résumé : Heureux, timide, nerveux... en colère, jaloux, triste... Des émotions. On en a tous, tout le temps. Ce livre raconte les émotions de Léo et de Coline, mais tu découvriras peut-être qu'il parle aussi des tiennes !</p>
<p>Le petit livre de la mort et de la vie Ed/Bayard</p> 	<p>Publics : à partir de 7 ans Mots clés : mort, deuil, vie Résumé : L'auteur a travaillé à partir de vraies questions d'enfants et y répond simplement à raison d'une question par double. C'est quoi, mourir ? Comment meurt-on ? Où va-t-on quand on est mort ? Que fait-on du corps ? Pourquoi la mort fait-elle si peur ? etc. Si le livre n'évite pas les sujets difficiles comme par exemple la souffrance et le suicide, il veut donner de l'espoir et expliquer que la mort fait partie de la vie et lui donne son sens.</p>
<p>On va où quand on est mort ? Ed/Alice jeunesse</p> 	<p>Publics : à partir de 10 ans Mots-clés : Deuil, la mort Résumé : Diego vient de perdre son papa... Au travers de son chagrin, il y a aussi beaucoup d'interrogations et d'incompréhension. Que va-t-il devenir sans lui ? Où vont les gens quand ils sont morts ? Est-ce qu'ils changent de forme ? Que de questions sans réponse ! Et lorsque sa maîtresse aborde le sujet de la mort en classe, Diego est surpris par le nombre d'interprétations qui existent à ce sujet dont on parle si peu. Il découvre aussi que chacun vit son deuil à sa façon et que parler de la mort aide à en avoir moins peur...</p>

○ **Adolescents (12-18ans)**

La mort, pourquoi on n'en parle pas ?

Ed/Martinière jeunesse



Publics : ados

Mots-clés : deuil, la mort

Résumé : La mort, la vôtre mais aussi celle des autres, vous semble à des années-lumière. Pourtant, quand elle s'invite parmi nous, elle nous laisse démunis, sans voix. À quoi sert la mort ? Comment s'occupe-t-on du corps du défunt ? Où va l'esprit quand le corps cesse de vivre ? Est-ce grave quand on n'arrive pas à pleurer ? Comment surmonter sa peine ? Et comment conserver un souvenir bien vivant de la personne disparue ? Autant de questions que les ados n'osent pas toujours poser.

○ **Adultes**

L'enfant, la maladie et la mort

ED/De boeck & Belin



Publics : adultes

Mots-clés : mort, deuil, tristesse

Résumé :

Quel est le vécu psychologique de l'enfant face à celui qui, gravement malade, va bientôt mourir ? De quelles manières le deuil qui accompagne la mort d'un être cher se caractérise-t-il chez lui ? Quelles conceptions l'enfant a-t-il de la mort ? Comment évaluer la détresse, les difficultés de cet enfant ? Quels types d'aides lui proposer ?