

Enrichi des échanges  
durant le carrefour



Carrefour n° 3 2026 / 16 juin 2026

## Aider les adultes à aller vers les enfants

### 1- Découvrir l'outil « Osons »



- ✓ Les cartes, quelques exemples
- ✓ Mode d'emploi
- ✓ Le public ciblé : les adultes

### 2- Pourquoi la Commission Enfants adolescents l'a crée

### 3- Comment l'utiliser

Jany Falher (35)

Olivier de Margerie

## Carte titre : Osons !

Aborder le thème de la mort avec un enfant

# OSONS... parler de la mort avec les enfants et adolescents

*15 cartes pour  
sensibiliser les adultes*



Un outil développé par la Commission  
enfants & adolescents de la Fédération Jalmalv



### Parler de la mort aux enfants

Les adultes sont parfois en difficulté face à la mort et aux questions que les enfants peuvent se poser sur ce sujet.

D'où la création d'un outil pour sensibiliser les adultes et **permettant à chacun de se positionner avec justesse** sur 15 questions.

Les réponses proposées par la Commission Enfants-Ados de la Fédération JALMALV se trouvent au verso des cartes.

Cet outil permet à tout moment, aux adultes d'acquérir des connaissances concernant la mort et le deuil des jeunes.

La Fédération JALMALV accompagne les personnes fragilisées et leurs proches, soutient les endeuillés, sensibilise la société à la maladie, la mort et le deuil, promeut les soins palliatifs et défend les droits des usagers.

Pour aller plus loin, rendez-vous sur [www.jalmalv-federation.fr](http://www.jalmalv-federation.fr) ou scannez le QR code :





## Exemple n° 1

dos

Quels mots éviter  
et quels mots  
utiliser ?

FJ

## Quels mots éviter, quels mots utiliser ?

### Quels mots éviter ?

**Toutes les métaphores Ciel-Etoile** : L'enfant pourrait croire que le défunt est accessible par un avion, qu'on peut le rejoindre? Est-il en danger pendant l'orage ?....

**Les expressions inadaptées** mais fréquemment utilisées : il est parti (l'enfant attend qu'il revienne)– il nous a quitté (c'est volontaire, il peut revenir)– Il s'est endormi– elle dort (l'enfant peut avoir peur de s'endormir, avoir des terreurs nocturnes). La personne ne s'est pas « endormie », car elle ne va pas se réveiller.

**Ne sois pas triste**, cela n'enlève pas la douleur et peut la refouler.

**Il est mort parce qu'il était malade** (l'enfant aura peur de toute maladie même bénigne pour lui ou ses proches)

Il faut être plus précis.

Tous ces mots ne protègent pas l'enfant.

**Mentir.** Quand l'adulte cache la vérité il se discrédite, l'enfant perdra confiance en l'adulte.

Il faut essayer de bien comprendre que l'enfant cherche à vérifier une hypothèse. On peut, sur une question difficile, différer notre réponse, oser dire « *je ne sais pas, ou là, je ne peux pas te répondre pour l'instant je vais réfléchir...* ».

Surtout ne pas oublier de donner la réponse à la question et l'expliquer.

### Comment parler avec l'enfant ?

Il faut profiter de toutes les occasions que la vie offre (oiseau mort...), On ne décide pas: aujourd'hui je parle de la mort.

Utiliser des mots sans ambiguïté, simples, concrets.

Ne pas avoir peur de prononcer le mot mort.

Parler de la mort avec un enfant c'est d'abord l'écouter et répondre à ses questions. Les questions des enfants ne sont jamais anodines. Essayer de faire parler l'enfant, lui retourner ses questions, « *Et toi qu'est ce que tu en penses ?* »

La mort fait partie de la vie. C'est parce qu'on vit, qu'on meurt. Le corps ne respire plus, il n'a plus besoin ni de boire ni de manger ( il n'a plus faim ni soif ), le mort n'est ni triste ni gai, il ne ressent rien.



## Exemple n° 2

Oser parler de la mort avec un enfant, qu'est-ce que cela bouscule en moi ?

dos



### *Oser parler, qu'est-ce que cela bouscule en moi ?*

Les adultes ne savent pas comment parler de la mort aux enfants parce qu'entre autres, personne ne sait réellement ce qu'est la mort, personne ne l'a expérimentée.

**La mort reste un grand mystère.**

Les adultes ne souhaitent pas montrer aux enfants qu'ils n'ont pas toutes les réponses, et sont démunis devant ce thème qui les effraie.

Cela permet pourtant à l'enfant et à l'adulte d'être sur un pied d'égalité. Ils ont aussi peur des questions des enfants. Le mot mort est anxiogène pour nous adultes qui savons ce qu'il implique. Pour les enfants il ne l'est pas forcément.

La mort est taboue dans notre société. Parler de la mort nous renvoie à notre propre finitude, à celle de nos proches. Si l'adulte n'est pas au clair avec cela, c'est d'autant plus compliqué pour lui d'en parler avec un enfant.

Parler de la mort suscite des émotions, surtout, lors d'un décès. Les adultes peuvent être submergés par celles-ci, c'est pourquoi **il est important d'en parler avant.**

**Nous, adultes, n'avons pas à nous interdire de pleurer devant les enfants,** même si ceux-ci en sont impressionnés.

Parler de la mort, que ce soit avec un enfant, un adolescent ou un adulte, suscite toujours des émotions et des peurs et ravive parfois les souvenirs de celles et ceux qui ne sont plus.

Parler de la mort peut parfois réactiver des deuils mal faits, faire écho à des deuils récents.

C'est parce que nous, adultes, avons peur de la mort que nous n'osons pas en parler, que sans le vouloir, nous les contaminons par nos peurs. Il nous faut éviter de transmettre nos émotions d'adultes sur nos enfants. Pour ce faire, discuter avec eux, les faire parler.

## Exemple n° 3



Comment  
annoncer  
une mort à un  
enfant ?

dos

## Comment annoncer une mort à un enfant ?

**C'est indispensable pour l'enfant de savoir.**

D'autant que la voix, les gestes des adultes trahissent qu'un événement bouleversant a eu lieu. Il flotte une atmosphère d'étrangeté à laquelle l'enfant est sensible. Il sent que «quelque chose» ne va pas, sans être capable de le formuler.

**Le préserver de l'annonce ne le protège pas de la situation**, bien au contraire.

L'annonce de la mort doit se faire **le plus tôt possible, sans détournement**, sans périphrase, métaphore. Dites "Papy est mort".

**Expliquer la cause de la mort.**

L'annonce peut être complétée par un **mot de soutien** : *"je suis là pour toi, on t'aimera toujours très fort"*

Il est important d'**accompagner** l'enfant et de **partager son chagrin**.

Il est inutile de cacher votre tristesse.

Il faut **aider l'enfant à exprimer ses émotions**.

**Le lieu de l'annonce est important.**

Il est préférable de ne pas annoncer la mort dans un endroit où l'enfant se sent en sécurité, comme sa chambre. Il risque d'associer le lieu à ce moment traumatisant.

Pour un enfant qui a vu la personne malade, a vu son état se dégrader, l'annonce de la mort est plus facile à accepter.

L'enfant a besoin de savoir que son entourage est là pour lui.

L'annonce de la mort sera toujours moins brutale si **une réflexion sur la mort a déjà été abordée** préalablement.

## Pourquoi donc cet outil

Les adultes sont parfois en difficulté face à la mort et aux questions que les enfants peuvent se poser sur ce sujet.

D'où la création d'un outil pour sensibiliser les adultes et **permettant à chacun de se positionner avec justesse** sur 15 questions.

Les réponses proposées par la Commission Enfants-Ados de la Fédération JALMALV se trouvent au verso des cartes.

Cet outil permet à tout moment, aux **adultes d'acquérir des connaissances concernant la mort et le deuil des jeunes.**

Le choix entre les 15 cartes offre à chaque parent l'appui qui lui convient :

la question soulevée  
ET

une ou plusieurs propositions de

**Fruit de l'expérience de la Commission Enfants Adolescents**

**Elisabeth Millet, Marie-Jo Quesne, Véronique Maillet-Driencourt, Sophie Bouat, Florence Poulain, Jany Falher,**

**avec l'aide de Tiffany Fleurier Driancourt, et de Nathalie Maridet**

**Financé par Jalmalv Laon**

## Partages durant le carrefour

**Bravo pour ces questions pertinentes ! L'expérience de la commission aussi bien que les psychologues !**

**Les réalités de la mort sont dures mais les mots exacts pour les dire aux enfants les rassurent**

**L'outil nous permet de faire un travail sur notre propre mort (la carte ce qui me bouscule !) ; un travail pas fini d'ailleurs !**

**Par anticipation des situations cet outil va nous éveiller, il va nous permettre de trouver rapidement une meilleure réponse (ou d'oser dire qu'on répondra plus tard)**

**L'outil a bonne allure, il est plaisant**

**Plus qu'un jeu, terme peu approprié, c'est **un outil****

Présenté au  
congrès de la  
SFAP à Lyon  
en juin 2026,

Poster 8 sur 61

Fichier  
disponible à la  
fédération pour  
tirage local

# OSONS... PARLER DE LA MORT AVEC LES ENFANTS

## UN OUTIL POUR SENSIBILISER LES ADULTES



Les adultes sont parfois en difficulté face à la mort ; parler de la mort avec les enfants et les adolescents ne va alors pas de soi et le dialogue peut être fort compliqué à engager sur ce sujet.

**Se refamiliariser avec le fait que la mort fait partie de la vie et pouvoir en parler sans peur quand le sujet se présente sont les objectifs de cette campagne.**

D'où la création d'un outil pour sensibiliser les adultes et permettant à chacun de se positionner avec justesse sur **15 questions**. Les réponses proposées par la Fédération JALMALV se trouvent au verso des cartes.



Pour aller plus loin,  
rendez-vous sur  
[www.jalmalv-federation.fr](http://www.jalmalv-federation.fr)

Cet outil a été développé au sein de la Fédération JALMALV, en commission Enfants & Adolescents. Cette dernière réunit des bénévoles de toutes régions, engagés auprès des jeunes confrontés à la maladie grave, à la fin de vie ou au deuil.

Elle développe des outils, partage les pratiques et soutient les équipes pour favoriser une présence juste, sécurisante et respectueuse auprès des enfants, des adolescents et de leurs familles.

Ce dispositif permet à tout moment, aux adultes d'acquérir des connaissances concernant la mort et le deuil des jeunes.

### CET OUTIL PEUT ÊTRE UTILISÉ DE PLUSIEURS FAÇONS :



#### Individuellement

Il permet au moment d'une situation difficile de trouver les réponses au questionnaire de l'enfant.



#### En petits groupes

Les cartes sont disposées sur une table. Chaque participant va lire le verso des cartes et choisit le sujet qu'il désire voir aborder. L'animateur propose aux groupes d'échanger sur les thèmes puis, mise en commun pour aller plus loin dans la réflexion.



## Comment l'utiliser ...

**Un exemplaire gratuit à chaque association ... puis 12 euros à l'achat, à demander à la Fédération qui vous l'expédiera à vos frais (premier tirage). Il existe une version A4, petites affichettes de contenu identique mais maquette différente, également 12€**

**Utilisation dans l'association pour se mettre à l'aise tous**

**Utilisation en formation initiale, pour aborder le sujet ; suggestion de l'introduire dans la formation Deuil module 1**

**Utilisation individuelle par un parent intéressé, sans formation**

**Utilisation en petit groupe par un animateur JalmaLV qui anime un temps d'échange (1 à 2 h, un seul jeu étant mis en circulation)**

**La commission Enfants Adolescents est à votre disposition**

**Jany Falher, 06 61 79 93 79, [jany.falher@gmail.com](mailto:jany.falher@gmail.com)**

Jalmaalv

**35**

**Léman Mont Blanc**

**Orléans**

**Vendée**

**56**

**Avec, dans  
le désordre**

Jalmaalv

**Strasbourg**

**Alpes Maritimes**

**Grenoble**

**Dijon**

**Poitiers**

**sans compter les  
associations mal  
notées ou avec  
téléphone mystère**