Retrouvez l'actualité du Jour d'Après

SEPTEMBRE - OCTOBRE 2026

LE JOUR D'APRÈS
Infos Ressources · Deuil



Sommaire

- **Les Cafés d'Après**
- **Les groupes de parole spécifiques**
- **Ateliers autour du corps & Carnet de deuil©**
- **Les évènements grand public**
- **Le centre de ressources (prêt de livres) & la formation**



Les Cafés d'Après



UN TEMPS POUR ÉCHANGER, S'INFORMER OU SIMPLEMENT ÉCOUTER

Retrouvez les dates des prochains Cafés d'Après, animés par différents professionnels et/ou bénévoles de l'association, formés à l'accompagnement au deuil.
Samedi matin, au local de l'association, de 10h à 12h, sur inscription.

SEPTEMBRE

SAMEDI 26 SEPTEMBRE
3 groupes différents

au local, de 10h à 12h
Hommes en deuil
Continuer à vivre : entre fidélité au passé et ouverture à l'avenir
-
Deuil aprés suicide

à Chaligny, de 10h à 12h
Deuil blanc

OCTOBRE

SAMEDI 3 OCTOBRE
au local, de 10h à 12h
Professionnels confrontés à la mort et au deuil

MARDI 20 OCTOBRE
à la maison des aidants,
de 17h30 à 19h
le deuil blanc

SAMEDI 31 OCTOBRE
au local, de 10h à 12h
Deuil et émotions

S'INSCRIRE

Les groupes de parole spécifiques

5 groupes se réunissent une fois par mois. Si vous souhaitez rejoindre un groupe, contactez nous en amont.

NOUS CONTACTER

Groupe parents deuil périnatal

Vous avez perdu votre bébé pendant la grossesse, à la naissance ou quelques temps après... l'Association propose un groupe de parole **le 1er vendredi du mois, au local.**

- **Vendredi 4 septembre**, de 20h30 à 22h30
- **Vendredi 2 octobre** de 20h30 à 22h30

Groupe parents en deuil d'un enfant (tous âges)

Un temps pour réunir des parents qui vivent le deuil de leur enfant (tous âges). **Au local.**

- **Samedi 19 septembre,** de 10h à 12h
- **Samedi 17 octobre**, de 10h à 12h

Groupe d'entraide jeunes veufs et veuves

Comment gérer l'après, concilier quotidien familial et professionnel après la perte de son/sa conjoint.e ? La perte prématurée d'un.e conjoint.e amène de nombreuses questions sur le quotidien familial et professionnel... Le groupe d'entraide jeunes veufs et veuves est un lieu d'écoute et de partage. **Au local.**

- **Samedi 12 septembre,** de 10h à 12h

- **Samedi 3 octobre,** de 10h à 12h

Groupe conjoint.e en deuil

Au local.

- **Jeudi 10 septembre,** de 14h à 16h
- **Jeudi 8 octobre,** de 14h à 16h

Groupe jeunes en deuil (18-29 ans)

Comme beaucoup d'endeuillés les jeunes peuvent se sentir seuls et désemparés face à la perte d'un être cher. Des temps de partage et d'expression en petit groupe sont proposés. **Au local.**

- **Mercredi 2 septembre,** de 18h à 20h

Atelier d'enfants (6-11 ans)

4 ateliers de 2h. Un beau lieu d'expression des émotions et du vécu du deuil pour les enfants de 6 à 11 ans. **N'hésitez pas à nous contacter.**

Atelier ados

N'hésitez pas à nous contacter.

Autour du corps & carnet de deuil

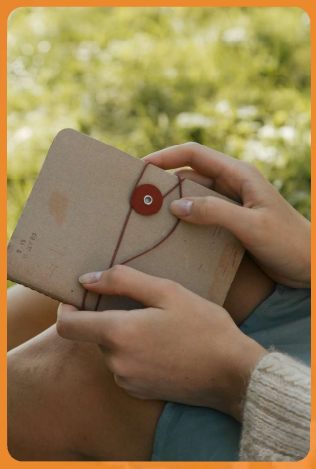


Ateliers autour du corps

Des séances en petit groupe autour de la respiration et de la relaxation pour prendre soin du corps fortement impacté dans le deuil, libérer des tensions musculaires, aider à l'endormissement... et mettre le mental au repos. **Au local.**

- **Deuil et sommeil**, 24 septembre de 16h à18h
- **Apaiser les tension du corps**, 11 septembre & 2 octobre de 14h à 16h
- **Automassage, détente du corps**, 20 octobre de 14h à 16h

S'INSCRIRE



Atelier Carnet de Deuil©

Rachel Galerme, sophrologue et accompagnante du deuil, propose, à toutes les personnes vivant un deuil, **un atelier de réalisation de son Carnet de deuil©** (à découvrir juste ici). **Au local.**

- 2 séances découverte :
  - **samedi 12 septembre** de 9h30 à 12h, au local
  - **jeudi 1er octobre** de 18h30 à 20h, en visio

- Atelier sur 2 journées :
  - **le vendredi 9 et samedi 10 octobre** de 9h à 17h

S'INSCRIRE

Événements grand public

Dimanche 11 octobre, de 10h30 à 12h
au parc Sainte-Marie

Lâcher de bulles

A l'occasion de la journée de sensibilisation au deuil périnatal, un lâcher de bulles aura lieu au kiosque du parc Sainte-Marie à Nancy.
Des EMA (plaquettes de bois) seront à votre disposition pour écrire et dessiner vos messages. Ils seront accrochés pour créer un mur du souvenir. Un groupe de musique accompagnera la matinée.

Contactez nous pour vous inscrire

NOUS CONTACTER

Jeudi 15 octobre, à 20h
à la MJC Bazin

Théâtre échange "On a dit oui"

Nous vous proposons une soirée théâtre-échange, à l'occasion de la journée de sensibilisation au deuil périnatal.
“On a dit oui” est un témoignage parlé, chanté et dansé. C’est l’histoire d’une grossesse qui s’arrête avant d’arriver à son terme. **Plus d'infos ici**

Contactez nous pour vous inscrire

NOUS CONTACTER

Le Jour d'Après, c'est aussi...

Une formation de sensibilisation au processus de deuil

“LE DEUIL, MIEUX LE COMPRENDRE POUR MIEUX L'ACCOMPAGNER”

Jeudi 19 et vendredi 20 novembre à Metz

Si cette formation vous intéresse, contactez-nous !

NOUS CONTACTER



Le centre de ressources

PRÊT DE LIVRES ET AUTRES SUPPORTS
(sous condition d'adhésion préalable)

Découvrez le catalogue des ouvrages disponibles
en cliquant juste ici !

RETROUVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX

LE JOUR D'APRÈS
Infos Ressources · Deuil

Le Jour d'Après, 7, rue de Serre 54000 Nancy
👉 **Accueil sur RDV du mardi au vendredi**
👉 **Permanence mardi et vendredi 9h-12h / 14h-17h**

Nous contacter :
lejourdapres.lorraine@gmail.com ou 06 24 70 67 80

This email was sent to {{ contact.EMAIL }}
You've received this email because you've subscribed to our newsletter.