

## Lors d'un deuil,

À tout âge, perdre une personne que l'on aime est un choc. Pour les enfants, la mort d'un proche est incompréhensible. Ils ont tendance à garder pour eux leur souffrance, de peur de bouleverser leur entourage déjà déstabilisé. Les adultes, eux, doivent trouver les moyens de vivre avec leur propre chagrin et d'assurer la vie familiale.

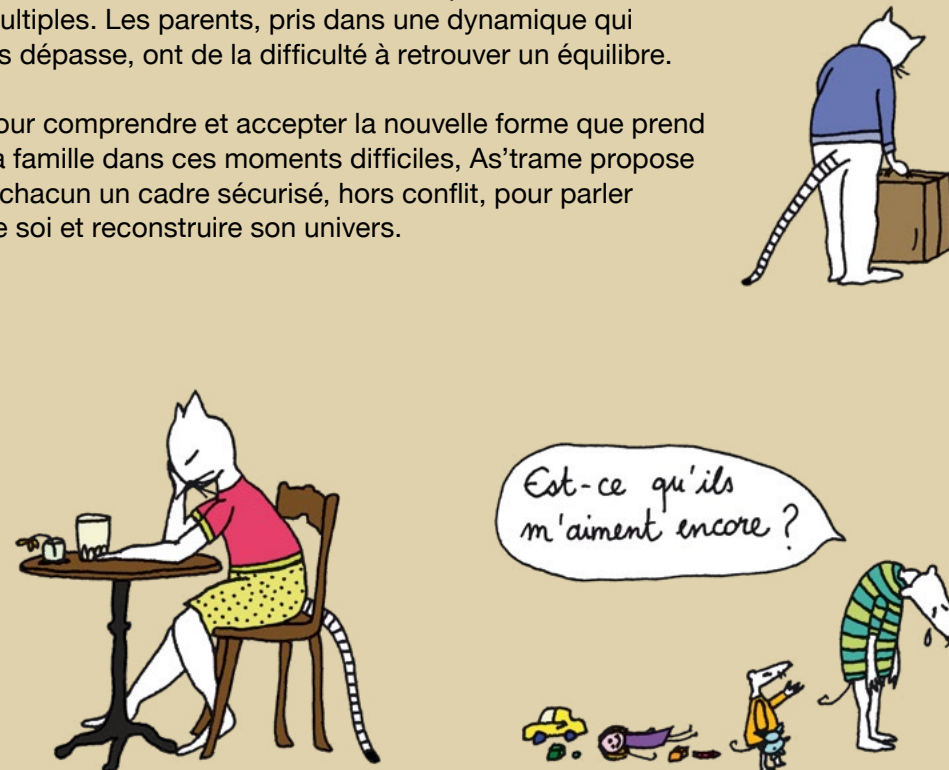
As'trame propose à chacun un parcours pour appréhender son cheminement de deuil, apprivoiser ses émotions et éveiller ses ressources pour continuer à vivre.



## d'une séparation ou d'un divorce,

La séparation ou le divorce déchire la famille. Ils entraînent des pertes et des sentiments d'insécurité, de tristesse, d'injustice et de colère... Les enfants subissent, impuissants, des tensions multiples. Les parents, pris dans une dynamique qui les dépasse, ont de la difficulté à retrouver un équilibre.

Pour comprendre et accepter la nouvelle forme que prend sa famille dans ces moments difficiles, As'trame propose à chacun un cadre sécurisé, hors conflit, pour parler de soi et reconstruire son univers.



## face à la maladie d'un proche,

Lorsqu'un parent, un frère ou une sœur tombe gravement malade, l'équilibre familial se modifie. Submergés par des sentiments contradictoires, les enfants peinent à trouver leur place. Les adultes, de leur côté, doivent mobiliser beaucoup d'énergie pour gérer une situation toujours mouvante.

As'trame propose un accompagnement et un lieu où prendre soin de ses émotions et de ses souffrances.



## nous vous proposons:

### ENFANTS

- groupes de reliance - 7 séances (dès 4 ans par âges similaires)
- parcours de reliance individuel - 7 séances
- suivis individuels (dès 2 ans)
- suivis de fratrie ou fratrie recomposée

### ADULTES

- parcours de reliance individuel - 7 séances
- groupes de reliance - 7 séances
- suivis individuels

### FAMILLES

- conseils aux parents
- suivis parents-enfants
- entretiens de couple
- entretiens de famille et famille recomposée
- groupes familiaux autour d'une situation particulière



### As'trame Genève

Tél. 022 340 17 37  
geneve@astrame.ch

### As'trame Neuchâtel

Tél. 079 704 90 07  
neuchatel@astrame.ch

### As'trame Valais

Tél. 079 426 30 71  
valais@astrame.ch

### Fondation As'trame

rue du Clos-de-Bulle 7  
1004 Lausanne  
Tél. 021 648 56 56  
info@astrame.ch

Toute personne peut bénéficier  
du soutien d'As'trame.

N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE  
CONTACT!

### As'trame Fribourg

Avenue de la Gare 14  
Case postale 1131  
CH-1701 Fribourg  
Tel. 079 256 44 31 / 026 322 10 14  
astramefribourg@officefamilial.ch  
www.officefamilial.ch

IBAN: CH 67 0076 8011 0175 8100 9



## As'trame Fribourg

**UNE ASSOCIATION** à but non lucratif, créée en 2008, dont l'action est centrée sur les ruptures de liens au sein de la famille et la gestion des chocs émotionnels liés au deuil, au divorce ou à la maladie.

**UN CONCEPT** développé avec succès depuis dix ans par la Fondation As'trame à Lausanne.

**UNE ÉQUIPE PLURIDISCIPLINAIRE** de professionnels réunissant des compétences complémentaires.

### DEUX CHAMPS D'ACTION:

soutien aux familles et particuliers autour de ruptures de liens  
formations et conseils à l'attention des professionnels

**LA GARANTIE** d'avoir accès à un soutien  
quelle que soit la situation financière.



## De la rupture à la reliance

Les accompagnements que propose As'trame sont spécifiquement destinés à prévenir les conséquences négatives des ruptures de liens, sur la vie des enfants comme sur celle des adultes.

Le concept est celui d'un soutien limité dans le temps, le parcours de reliance, pour aider à reconstruire des liens avec soi-même, les autres et le monde. Structuré et progressif, ce parcours est accessible à chacun. Il s'adapte à tous les âges de la vie et à différents types de rupture.

En partenariat avec l'Office Familial pour le volet séparation et divorce

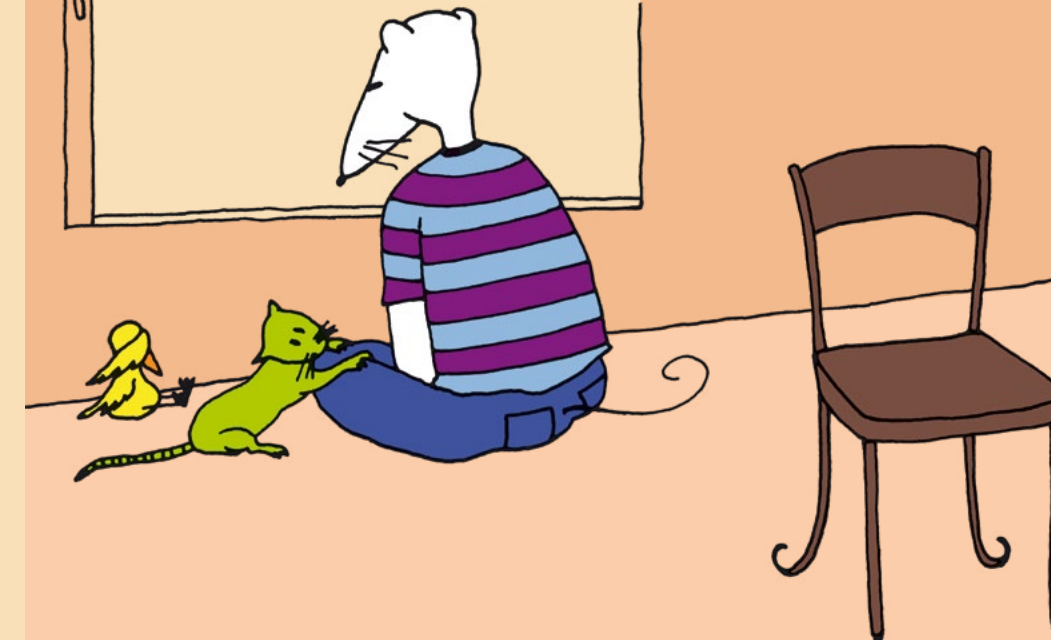


Avec le soutien de nombreux donateurs que nous remercions chaleureusement.



# As'trame

## ... lorsqu'un deuil, un divorce ou une maladie bouleverse votre vie



Soutenir As'trame, c'est aider des familles!