A monarch butterfly with orange and black wings is perched on a large white daisy flower with a yellow center. The background is a soft, out-of-focus field of similar flowers. The text is centered over the upper part of the image.

Gid Sipò pou Chagren
Resous nan Collier County

Lanmò yon timoun, frè oswa sè, paran oswa pitit pitit - nan nenpòt laj, nan nenpòt sikonstans - se youn nan kou mechanste ke lavi ofri. Vwayaj la nan lapenn sa a se long e difisil. Nan moman yo byen bonè, nou ka jwenn tèt nou nan yon konsome tout-doulè pi lwen pase deskripsyon. Li kapab difisil pou viv lavi nou chak jou, difisil pou panse osijè de yon lòt bagay ke pènn nou. Menm memwa moun sa ka pote e few santi doulè pou yon tan.

Moun “pap jenm” soulaje de soufrans e doule lanmo yon timoun, frè, oswa paran grand pitit, ni “menase soti nan li” kòm mond souvan panse nou ta dwe. Pènn sa a se pa yon maladi kote nou refè. Sa vinn chanje lav nou- chanjman ki fòse nou bati yon nouvo lavi pou nou menm ak fanmi nou yo, nan yon mond ki pa enkli moun sa anko. Sonje ke ou premye moun ki subi pènn pwofon ak chagren. Pwoses- sis chagren an ka yon ti kras pi fasil ak sipò. Gen yon varyete de resous sou chagren e sipò ki disponib, anpil nan yo ki sou entènèt. Anba a, ou pral jwenn pi bon resous ki gen rapò ak chagren nan Collier County ak sou entènèt la pou timoun, paran, mari oswa madanm, frè ak sè, zanmi, zanmi, e anplwayè tou.

Community Memorial Programs:

Avow

Releases Papiyon, Avow Sonje janm bliye
sèvis (239) 261-4404.

The Compassionate Friends Southwest Florida Chapter

Limen Balèn - “. . . ou pa bezwen mache poukont ou. . . “
Dezyèm Dimanch Desanm
info@tcfswfl.org ak 239-690-7801.

NCH Safe & Healthy Children’s Coalition

“Seremoni Livrezon Papiyon & yon 1-2 Kilomèt Beach mache” nan
sonje timoun yo ki te pèdi lavi yo akòz neye.
Dezyèm Vandredi nan mwa janvyè
Info@SafeHealthyChildren.org ak 239-624-4033.

Gid Sipò pou Chagren Resous nan Collier County

Project HELP, Inc

Project HELP bay defann dwa moun ak gwoup gratis epi konfidansyèl ak konsèy sèvis pou moun ki afekte pa pèt toudenkou oswa twomatik yon moun ou renmen yo.
239-649-1404 Liy èd pou kriz 24/7: 239-262-7227 projecthelp@projecthelpnaples.org,
Projecthelpnaples.org - Pa koute

AVOW

Avow ak Avow Kids bay timoun ak sèvis sipò pou moun k ap bay swen, lapenn ak pèt granmoun. Sèvis yo ouvri pou nenpòt moun nan kominote a gratis, epi yo enkli sipò gwoup, sipò youn a youn, kan timoun yo, ak evènman kominotè. Gwoup granmoun yo fèt nan Center for Grief Support, alòske sèvis Avow Kids yo fèt nan Aunt Janet's Kay sou lakou lekòl la Avow. Pèt pou timoun yo ka gen ladan yon lanmò oswa pèt bèt kay, divòs, anprizònman, depòtasyon, deplwaman, enstabilite nan sistèm swen adoptif la, oswa nenpòt lòt gwo chanjman nan lavi yon timoun.
239-261-4404 | bereavement@avowcares.org | AvowCares.org | avowkids.org - Pa koute

Valerie's House

Valerie's House se yon kote espesyal kote timoun yo konekte youn ak lòt epi jwenn zouti pou yo geri apre yo fin fè eksperyans lanmò yon moun ou renmen an. Nan yon anviwònman cho, tankou lakay ou, timoun yo ak moun k ap bay swen yo resevwa sipò epi yo reyalize ke yo pa poukont yo. Atravè gwoup sipò kanmarad, atelye, ak terapi endividyèl, timoun kay Valerie ak fanmi yo jwenn konfò epi dekouvri ke pèt pa oblije limite rèv yo. Sèvis yo ye pou timoun 4-25 ak paran yo oswa gadyen yo.
239-204-5804 | info@ValeriesHouse.org ValeriesHouse.org - Pa koute

The Compassionate Friends

Zanmi konpasyon yo se yon gwoup kanmarad. Chapit yo a gen 2 reyinyon a mwa. Yo menm tou yo bay sipò telefòn endividyèl, ankò kanmarad a kanmarad.
Lokal 239-690-7801 | Nasyonal 1-877-969-0010
info@tcfswf.org, tcfswf.org | Compassionatefriends.org - Pa koute

Surviving After a Suicide Loss (Support group of Project H.U.G.S.)

Pou plis pase 30 ane yo gratis chak semèn yo kouri Suicide Survivor Support Group ofri yon sekirite kote manm yo pataje chagren yo epi resevwa epi bay sipò mityèl.
239-253-6600 | info@survivingaftersuicide.com
Survivingaftersuicide.com - Pa koute

Vitas Healthcare

VITAS bay sèvis deyaj ki gen ladan gwoup sipò, bilten nouvèl, nasyonal evènman dey, kout sipò telefòn ak FaceBook Gwoup Dey pou moun kap bay swen yo, manm fanmi ak zanmi pasyan VITAS ak manm kominote a ki gen eksperyans lapenn. Tout sèvis yo bay gratis
239-649-2300 | VITAS.com

Cribs For Kids-Healing Hearts

Healing Hearts Infant Aveavement Group se yon gwoup prive pou moun ki genyen te fè eksperyans lanmò yon ti bebe. Li se yon plas kote manm envite yo ka pataje istwa, ak lòt enfòmasyon sou pitit presye yo. Nou akeyi manm yo pou bay sipò lòt moun epi chèche sipò nan moman difisil yo. Reyinyon yo fèt premye madi chak mwa soti 7:00 pou rive 9:00 p.m nan yon fòma sou entènèt. Si w enterese rantre sou Entènèt nou an reyinyon premye madi chak mwa a 7 PM
healinghearts@cribsforkids.org.

Guide to Grieving Support Resources on the Web

Bereaved Parents of the USA

Gwoup nasyonal sa - ofri anpil resous pou moun pèdi paran yo pou ede yo rebati lavi yo.
bereavedparentsusa.org

Candlelighters Childhood Cancer Foundation

Fanmi yo pa oblije fè fas a kansè timoun yo san sipò. Fondasyon Kansè sa bay asistans emosyonèl, edikasyonèl ak pratik pou fanmi ki nan bezwen.
candle.org/family-services

CJ First Candle

Oganizasyon sa a bay sipò pou moun ki gen moun mouri yo pou fanmi ki genyen. Fèmèn ki pede ti bebe paske pwoblem SIDS, SUID oswa mortinatalite.
firstcandle.org

Parent Grief Support Directory

Jwenn yon pakèt domèn resous sipò lokal, nasyonal ak entènasyonal pou paran ki gen chagren yo.
live-evermore.org

MISS Foundation

Pou fanmi ki te fè eksperyans lanmò yon timoun, jwenn resous chagren ak fowòm sipò sou entènèt ki konplètman modere pou entèraksyon san danje, k ap pran swen ak lòt moun. missfoundation.org
Perinatal Hospice ak palyatif Swen Resous pou Paran yo - sa yo resous yo se pou paran ke pwofesyonèl medikal di ke ti bebe ki poko fèt yo pral mouri anvan oswa apre akouchman an.
perinatalhospice.org/resources-for-parents.html

The TEARS Foundation

Oganizasyon sa a ki pa pou pwofi ofri asistans finansye konpasyon pou paran ki gen chagren ki pèdi yon ti bebe epi ki bezwen fè final aranjman yo.
thetearsfoundation.org

The Compassionate Friends - Supporting Families After a Child Dies

Oganizasyon sa a ki ap pou pwofi-a egziste bay amitye, konpreyansyon, ak espere pou moun k ap pase nan tout pwosesis doulè natirèl la.
compassionatefriends.org

10 FASON OU KA EDE TÈT OU AK CHAGREN

1. Kite lòt moun ede w

- Tape lyen ak zanmi, pwofesè ak konseye
- Fè konfyans kite lòt moun ede ou
- Pataje santiman ak doulè

2. Sonje ke li nòmal pou w santi sa nòmal

- Li ka santi ke ou ap 'fou'
- Organizasyon pèsònèl se yon bagay ki komen
- Kòlè ak laperèz ap prezan

3. Eksprime Panse ak Santiman

- Mo ji ka ede e mwens danjere
- Kriye bon pou sante ... li byen pouw kriye
- Pa pè pèdi kontwòl

4. Pa eseye evite chagren

- Evite chagren ajoute mizè
- Panche sou santiman ou yo
- Chagren ou ranwaye se aksepté

5. Bay tchek sou Lot

- Pataje se responsablite nou
- Pa panse lòt moun konnen sa ou bezwen
- Chwazi pouw geri

6. Ede lòt moun

- Memorialize
- Fè plis pase espere
- Volontè

7. metew pi wo pase ogeye

- ogeye renplase blame
- Ogeye diminye enèji
- Padone tèt ou ak lòt moun

8. Asire kew ka regrese

- Chagren se yon bagay ou ka pa abitye avel
- momen espesyal ka difisil

9. Kenbe fòs fizik la

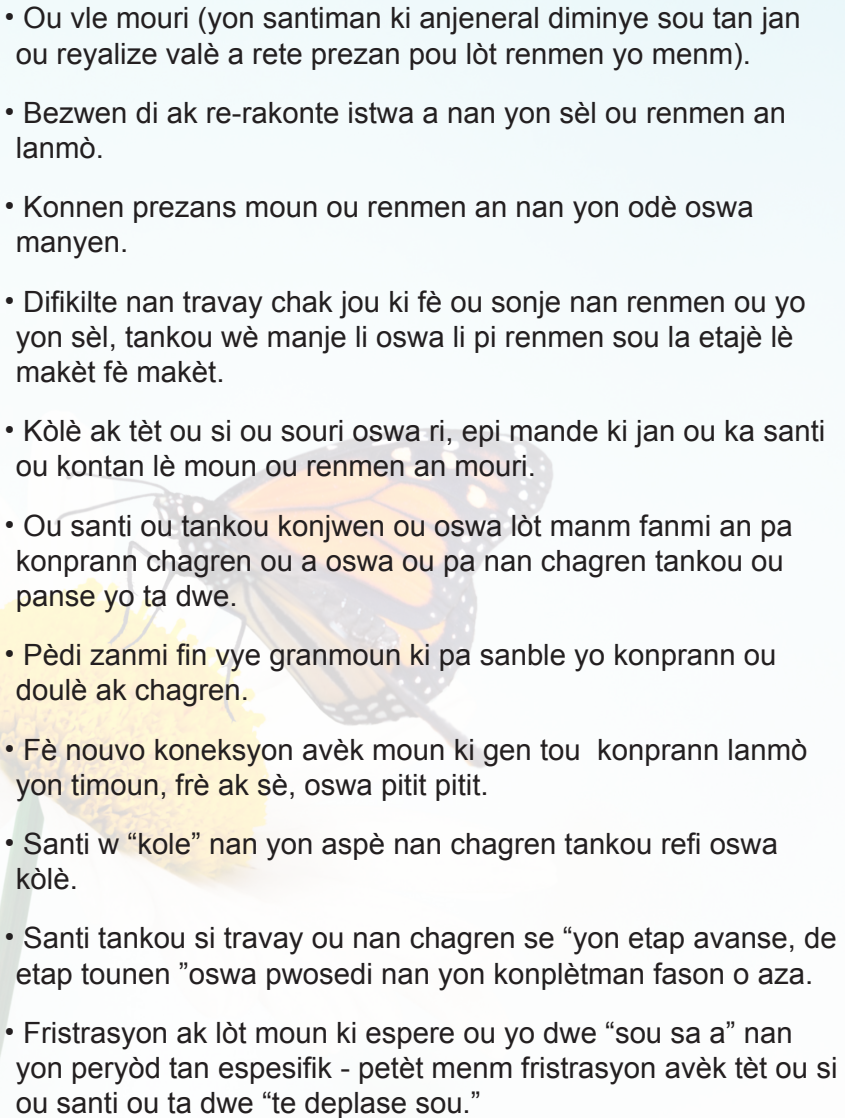
- Kenbe bon abitud manje ak dòmi pou sante
- Kouri, jwe, epi patisipe nan espò
- Chèche fason pou w detann ou

10. Fè fas ak bezwen ou yo ak pwoblèm imedyatman

- Deside ki bezwen ou yo
- Chèche fason ki fe sens pou satisfè bezwen ou yo

Moun ki fèk pèdi yon moun : Ou pral fè eksperyans de yon vas emosyon apre pèd sa a. Sa yo se santiman ak eksperyans yo natirèl ak nòmal. Men exemp sa yo se kèk ou ka rankontre:

- Tristès pwofon.
- Kriye tout tan an oswa nan tan inatandi.
- Ekstrèm fatig fizik, oswa yon enèji manyak.
- Difikilte pou dòmi, oswa dòmi toutan.
- Mank apeti, oswa sou manje, souvan akonpaye pa
- pèdi pwa oswa pran pwa.
- Anksyete, souvan manifeste nan konpòtman twòpprotèk pou- pawas manm fanmi siviv la.
- Refi pèt la.
- Enkapasite pou konsantre, souvan mize atik ak bliye bagay sa yo.
- Yon anviwònman pwofon ak vid, ou santi ke pa gen anyen siyifikasyon.
- entans kesyon: “Poukisa ??” “Si sèlman mwen te gen?” “Poukisa ...pa t ‘mwen ...?”
- Ap chache blame, ak blame tèt ou oswa lòt moun.
- Kòlè ak tèt ou, manm fanmi ou, pèsònèl medikal, Bondye, menm moun ki mouri a.
- Gen krentif pou ou malad mantal oswa ou pa gen ase.
- Sentòm fizik tankou lapenn nan pwatrin ou, difikilte kiltive respire, sere nan gòj ou, baye, soupi, alafi oswa menm hyperventilating (pa ezite wè yon doktè pou sentòm ki konsène ou).
- Enkapasite pou fonksyone nan travay ou.
- Ogmantasyon entansite, oswa pèt toudenkou nan, lafwa relijye.

- 
- Ou vle mouri (yon santiman ki anjeneral diminye sou tan jan ou reyalize valè a rete prezan pou lòt renmen yo menm).
 - Bezwen di ak re-rakonte istwa a nan yon sèl ou renmen an lanmò.
 - Konnen prezans moun ou renmen an nan yon odè oswa manyen.
 - Difikilte nan travay chak jou ki fè ou sonje nan renmen ou yo yon sèl, tankou wè manje li oswa li pi renmen sou la etajè lè makèt fè makèt.
 - Kòlè ak tèt ou si ou souri oswa ri, epi mande ki jan ou ka santi ou kontan lè moun ou renmen an mouri.
 - Ou santi ou tankou konjwen ou oswa lòt manm fanmi an pa konprann chagren ou a oswa ou pa nan chagren tankou ou panse yo ta dwe.
 - Pèdi zanmi fin vye granmoun ki pa sanble yo konprann ou doulè ak chagren.
 - Fè nouvo koneksyon avèk moun ki gen tou konprann lanmò yon timoun, frè ak sè, oswa pitit pitit.
 - Santi w “kole” nan yon aspè nan chagren tankou refi oswa kòlè.
 - Santi tankou si travay ou nan chagren se “yon etap avanse, de etap tounen ”oswa pwosedi nan yon konplètman fason o aza.
 - Fristrasyon ak lòt moun ki espere ou yo dwe “sou sa a” nan yon peryòd tan espesifik - petèt menm fristrasyon avèk tèt ou si ou santi ou ta dwe “te deplase sou.”

•Paran nan doulè nan USA a

Kenbe twa ide enpòtan sa yo nan lide ou pandan w ap mache chemen sa a enkonni ak defi:

Pa gen okenn orè pou chagren.

Pèp la pa trete nan “etap” nan yon lòd ak previzib mòd. Pa gen moun ki pral “fè” ak chagren; pa kontras, ou pral travay sou chagren an endividyèlman ak nan ou pwòp vitès, li pliye li nan lavi ou nan yon fason ki vin pi plis jere sou tan.

Nou dwe adrese Chagren.

Nou pa ka evite chagren sa a, nou pa dwe inyore l, ni nou pa ka anile yo. Ou dwe ale nan li yo nan lòd yo sòti sou lòt bò a. Kòm anpil kòm ou ka pa kapab kwè li kounye a, lapenn ou ap chanje ak vin mwens tout-konsome kòm tan an pase, epi ou pral souri epi jwenn kè kontan ankò. Men, kounye a ou dwe swiv ou ensten ak pèmèt kè ou, lespri ou, ak kò a gen gwo lapenn.

Chagren mande pou pasyans ak akseptasyon.

Travay chagren nan lanmò yon timoun, frè oswa sè, oswa pitit pitit se yon pwosesis dousman. Fè dou ak pasyan avèk tèt ou ak ou fanmi. Pèmèt tèt ou kriye, lapenn, ak rakonte istwa osi souvan jan sa nesèsè ak pou osi lontan ke ou bezwen. Ou pral pa janm bliye moun ou renmen an; li la avèk ou nan kè ak souvni pou toutotan ou viv.

- Paran nan doule nan USA a

Pou plis enfòmasyon
239-624-4033
info@safehealthychildren.org
SafeHealthyChildren.org

