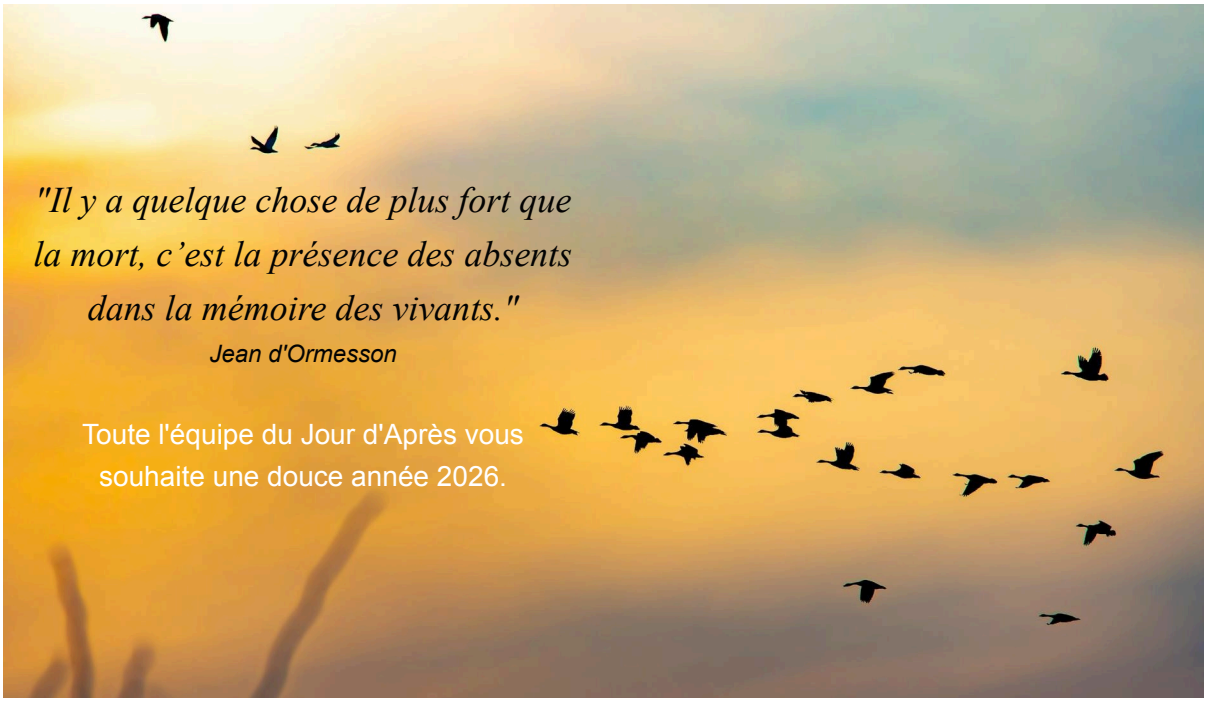
Retrouvez l'actualité du Jour d'Après

JANVIER - FÉVRIER - MARS 2026

LE JOUR D'APRÈS
Infos Ressources · Deuil



ADHÉRER | FAIRE UN DON | NOUS DÉCOUVRIR

Sommaire

• **Les Cafés d'Après**
• **Les groupes de parole spécifiques**
• **Autour du corps et de la créativité :** sophrologie & Carnet de deuil©
• **Le centre de ressources (prêt de livres) & la formation**



Le Jour d'Après : un lieu d'information, de ressources et d'accompagnement aux deuils, avec des professionnel.le.s et des bénévoles formés.

7 rue de Serre 54000 NANCY
lejourdapres.lorraine@gmail.com - 06 24 70 67 80

👉 Accueil libre ou sur RDV : mardi et vendredi 9h-12h et 13h-17h
👉 Sur RDV uniquement : les autres jours de la semaine
👉 RDV téléphoniques ou en visio : sur demande

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.

JANVIER

• **SAMEDI 17 JANVIER**
au local, de 10h à 12h
Impact du deuil sur le corps

• **SAMEDI 24 JANVIER**
au local, de 10h à 12h
Deuil et hypnose

SAMEDI 31 JANVIER
au local, de 10h à 12h
La vie après le suicide d'un proche

FÉVRIER

• **SAMEDI 14 FÉVRIER**
au local, de 10h à 12h
Deuil après une maladie

MARS

• **SAMEDI 7 MARS**
au local, de 10h à 12h
Les professionnels confrontés à la mort et au deuil

• **SAMEDI 14 MARS**
au local, de 10h à 12h
Hommes en deuil

• **SAMEDI 28 MARS**
au local, de 10h à 12h
Deuil d'un frère ou d'une sœur

S'INSCRIRE

👉🏽 **Si vous ne pouvez pas vous déplacer :** n'hésitez à demander une visio 📱

Les groupes de parole spécifiques

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 de chaque mois de 20h30 à 22h30, au local.**

- **Vendredi 09 janvier**
- **Vendredi 06 février**
- **Vendredi 06 mars**

S'INSCRIRE

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 07 février, de 10h à 12h**
- **Samedi 21 mars, de 10h à 12h**

S'INSCRIRE

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 10 janvier, de 10h à 12h**
- **Samedi 07 février, de 10h à 12h**
- **Samedi 07 mars, de 10h à 12h**

S'INSCRIRE

Groupe conjoint.e en deuil

Au local.

- **Jeudi 15 janvier, de 14h à 16h**
- **Jeudi 05 février, de 14h à 16h**
- **Jeudi 05 mars, de 14h à 16h**

S'INSCRIRE

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 21 janvier, de 18h à 20h**

S'INSCRIRE

Atelier d'enfants (6-11 ans)

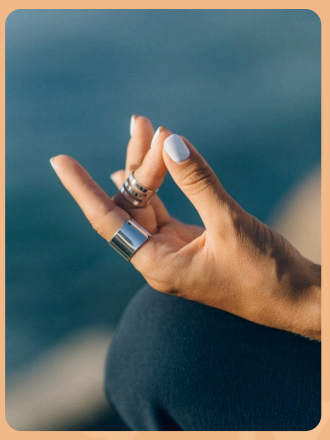
4 ateliers de 2h. Un beau lieu d'expression des émotions et du vécu du deuil pour les enfants de 6 à 11 ans. **N'hésitez pas à nous contacter.**

Atelier ados

N'hésitez pas à nous contacter.

NOUS CONTACTER

Autour du corps & de la créativité



Sophrologie

Des séances dans nos locaux 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... Un temps pour mettre le mental au repos. **Au local.**

- **Mardi 20 janvier 17h30-19h30**
- **Vendredi 30 janvier 14h-16h**
- **Mardi 10 février 17h30-19h30**
- **Vendredi 20 février 14h-16h**
- **Mardi 10 mars 17h30-19h30**
- **Jeudi 19 mars 14h-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.**

- **Samedi 14 et samedi 21 mars, de 9h à 17h**

S'INSCRIRE

Le Jour d'Après, c'est aussi...



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 !

NOUS CONTACTER

Une formation de sensibilisation au processus de deuil

“LE DEUIL, MIEUX LE COMPRENDRE POUR MIEUX L'ACCOMPAGNER”
VENDREDI 06 ET SAMEDI 07 FÉVRIER 2026
9h-12h30 / 13h30-16h30

Si cette formation vous intéresse, contactez-nous !

NOUS CONTACTER

RETROUVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX

PROCHAINES DATES ET ACTIONS

Visitez notre page Hello Asso !

LE JOUR D'APRÈS
Infos Ressources · Deuil

Le Jour d'Après, 7, rue de Serre 54000 Nancy

👉 **Accueil libre ou sur RDV : mardi et vendredi 9h-12h et 13h-17h**
👉 **Sur RDV uniquement : les autres jours de la semaine**
👉 **RDV téléphoniques ou en visio : sur demande**

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.

Envoyé avec Brevo