

# Boîte à souvenirs

Les parents atteints du VIH ou du sida se font souvent du souci sur ce qui va arriver à leurs enfants une fois qu'ils seront morts. Si les enfants sont jeunes ou si la famille est séparée en temps de crise, la mémoire peut s'estomper et l'on risque d'oublier d'importantes informations. Les enfants peuvent grandir et ne pas très bien comprendre qui ils sont et d'où ils viennent.

L'un des cadeaux pratiques que des parents atteints du VIH ou du sida peuvent faire à leurs enfants est un album ou une boîte à souvenirs. En écrivant les faits principaux sur leur famille, en incluant les traditions familiales, des photos, d'heureux souvenirs ainsi que leurs espoirs et leurs croyances, les parents offrent aux enfants la possibilité de se souvenir des informations sur leur famille et leurs plus jeunes années.

Réaliser une boîte à souvenirs donne aux parents et aux enfants l'opportunité de se souvenir de moments passés ensemble, de parler ouvertement de problèmes et de soucis mais aussi de planifier l'avenir. Chaque boîte à souvenirs sera différente car il s'agit de quelque chose de très personnel mais vous trouverez ici quelques suggestions...



## Que mettre à l'intérieur...

### Les traditions et croyances familiales

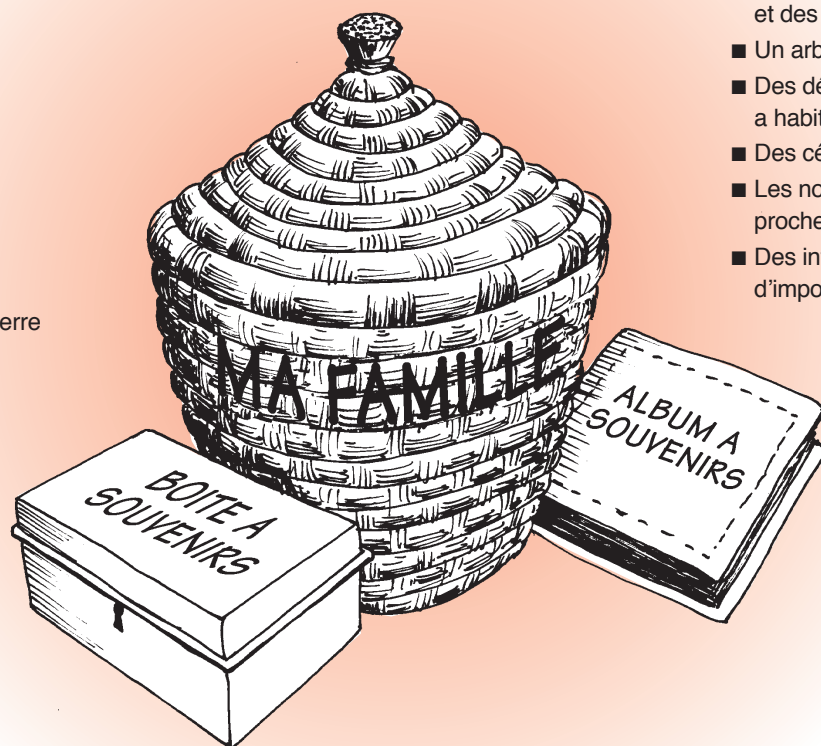
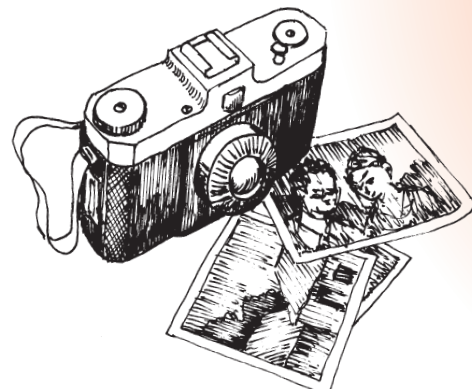
- Expliquez les traditions familiales.
- Décrivez des événements particuliers ou des dates spéciales pour la famille ou la communauté.
- Décrivez des croyances et des pensées sur la vie et l'espoir en l'avenir.



### Souvenirs

Ecrivez vos souvenirs de moments heureux ou comment la famille a fait face à des difficultés. Ajoutez :

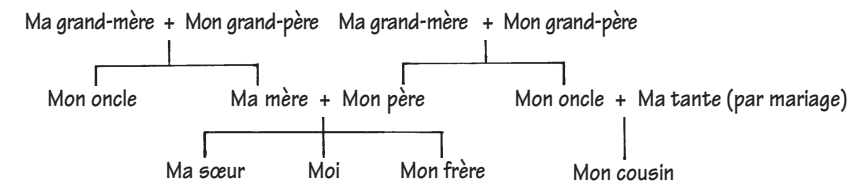
- des photos
- vos recettes préférées
- des chants ou poèmes préférés
- des histoires drôles sur la famille
- des images, cartes et lettres spéciales
- des petits objets ayant une importante signification comme un mouchoir, des perles, des vêtements de bébé, une pierre ou des graines du jardin.



## Qui devrait les réaliser ?

N'importe qui peut réaliser une boîte ou un album à souvenirs...

- Impliquez les enfants le plus possible. Ceci leur donne une chance de parler de leurs soucis pour l'avenir. Les très jeunes enfants peuvent participer, en dessinant et en faisant part de leurs meilleurs souvenirs.
- Si il vous est difficile d'écrire, demandez à un ami ou à un enfant plus âgé de vous aider. Ils peuvent poser les questions et rédiger les réponses.
- Si le parent est déjà mort, d'autres membres ou amis de la famille peuvent aider les enfants à réaliser un album ou une boîte.



Un arbre généalogique (comme ci-dessus) est une manière simple et facile de montrer comment tous les membres de la famille sont liés les uns aux autres.

### Informations importantes

- Les informations sur les deux parents avec les noms entiers, les lieux et les dates de naissance, de mariage, de décès, les informations médicales (tout particulièrement s'il s'agit de conditions médicales qui peuvent s'hériter)
- Les informations sur chaque enfant, y compris les détails sur sa naissance et ses premières années, d'où vient son nom, des informations médicales (maladies, blessures, allergies, noms des docteurs et des dispensaires où il a été traité)
- Un arbre généalogique (voir ci-dessus)
- Des détails sur les différents endroits où la famille a habité
- Des cérémonies particulières
- Les noms et adresses de parents ou amis proches
- Des informations pour savoir où se trouvent d'importants documents ou possessions.

### Idées pratiques

- Une boîte à souvenirs n'est pas un endroit pour conserver d'importants documents ou des objets de valeur. Les extraits de naissance, passeports, testaments, actes de propriété, carnets de santé et d'immunisation devraient être conservés dans un endroit sûr. Ceci peut être une banque, chez un notaire, un parent plus âgé ou un ami de confiance. Mettez une note dans la boîte à souvenirs pour dire où se trouvent ces documents.
- Réaliser une boîte à souvenirs peut générer de fortes réactions émotionnelles. Il est bon de pouvoir compter sur un ami pour partager les souvenirs douloureux et les questions difficiles.
- Vérifiez que les informations soient bien correctes. Si certaines informations manquent, il vaut mieux laisser un blanc plutôt que d'inventer quoi que ce soit. Sinon, l'enfant ne saura plus quoi croire.
- Ecrivez des informations intimes ou difficiles que vous désirez réserver pour quand l'enfant sera plus âgé, dans une lettre à part et confiez-la à un ami sûr. Laissez une note dans la boîte pour dire à qui vous avez confié cette lettre.

Compilé par Maggie Sandilands, avec tous nos remerciements au « Memory Book for Africa » pour l'utilisation de ses informations, qui ont été adaptées pour ce numéro. Ce livre coûte £ 2,50 et est disponible auprès de TALC (voir adresse page 14).

## Dans quoi les réaliser ?

Une boîte à souvenirs peut être de n'importe quelle taille ou forme. Si l'on veut qu'elle dure, il faudra qu'elle soit robuste. On peut utiliser une boîte métallique fermant à clé, un panier ou une boîte solide. Si vous réalisez un album, écrivez au stylo pour que l'écriture ne s'efface pas. Utilisez un carnet avec une solide couverture et recouvrez-le de plastique pour le protéger de la pluie mais aussi des termites. Les enfants peuvent vous aider à le décorer.

