

RAPPORT ANNUEL
20¹⁵₁₆

 MAISON
Monbourquette
SOUTIEN AUX ENDEUILLÉS

Mot de la présidente	3
La mission de l'organisme	4
Le conseil d'administration	5
L'organigramme	6
L'équipe de travail	7
Les bénévoles	8
Les services offerts	10
Les témoignages reçus	12
Les statistiques	13
Le Centre de formation	17
Membership	20
Partenaires commerciaux	20
Stages	20
Représentations, congrès et colloques	20
Subvention et activités de financement	21
Les communications	22
Perspectives	22
Annexes	23



Mot de la présidente

Le précédent rapport annuel offrait une vision des 10 années fructueuses d'activités de la Maison Monbourquette. Il se concluait en indiquant que nous continuerions à déployer nos énergies pour accomplir notre mission. Un an plus tard, force est de constater que les bénévoles et employés de l'organisme ont été à la hauteur de cette promesse.

En effet, en préparant le rapport annuel que vous avez entre vos mains, un constat s'est imposé : le besoin de pouvoir vivre son deuil est présent et croissant parmi tous les membres de notre société qu'il s'agisse des enfants, des hommes, des femmes ou des familles. Les appels à la ligne d'écoute 1888-LEDEUIL ainsi que les demandes pour les rencontres individuelles et pour les groupes ont enregistré une croissance en 2015-2016. Les formations sur le deuil offertes par le Centre de formation ont également connu une affluence record. Tous les chiffres que vous allez découvrir dans ce document montrent ainsi le caractère essentiel des services offerts par la Maison Monbourquette. Mais, au-delà des statistiques, ce sont aussi et surtout les témoignages de la clientèle qui constituent la raison d'être de notre organisme et qui nous encouragent à poursuivre nos efforts.

L'énergie déployée durant cette année 2015-2016 a donc permis de répondre aux besoins croissants des personnes ayant perdu un être cher grâce à de multiples activités. Citons par exemple le nouveau groupe mensuel pour les hommes en deuil, le support accru à nos formidables bénévoles, le groupe pour les jeunes en deuil ou les travaux de rénovation pour mieux accueillir notre clientèle.

Cette année a également été l'occasion pour la Maison Monbourquette et pour la Fondation Monbourquette de réfléchir aux défis à venir. Après une décennie ayant permis d'établir le bien-fondé et le professionnalisme de ces organismes, il était en effet pertinent de définir clairement les enjeux de la décennie que nous venons d'entamer. Le défi majeur est incontestablement la pérennisation des services offerts. Ceci passe autant par une diversification de nos sources de financement que par une relation plus forte avec nos actuels généreux donateurs, à qui nous souhaitons manifester notre sincère gratitude. Nous souhaitons également remercier le Ministère de la santé et des services sociaux qui, par son programme de soutien aux organismes communautaires, nous offre un appui essentiel.

La qualité, la diversité et la disponibilité des services offerts aux personnes endeuillées seront aussi toujours au cœur de nos préoccupations : répondre aux besoins spécifiques de la clientèle, faire connaître la possibilité d'être soutenu dans son deuil, former notre équipe pour maintenir le professionnalisme, poursuivre les collaborations avec des organismes partenaires... sont des exemples de voies que nous emprunterons en 2016-2017 pour consolider et poursuivre notre développement.

Ultimement, notre défi reste le même : accompagner les personnes en deuil... pour que la vie reprenne son envol

*Lisette Jean,
présidente du conseil d'administration*



La mission de l'organisme : écoute et soutien aux endeuillés



La Maison Monbourquette, organisme à but non lucratif, a été fondée en 2004 afin de rendre hommage à Jean Monbourquette, psychologue, auteur et conférencier de renommée internationale qui est un pionnier dans le domaine du suivi de deuil au Québec.

La Maison Monbourquette a pour mission d'offrir des services d'accompagnement aux personnes vivant un deuil à la suite du décès d'un être cher notamment par le biais d'une ligne d'écoute à travers le Québec: 1-888-LE DEUIL. Des rencontres individuelles, familiales ou de groupe ainsi que des séances de musicothérapie et d'art-thérapie sont également offertes à la population de la grande région de Montréal. Les services s'adressent aux enfants, aux adolescents ainsi qu'aux adultes éprouvés par la mort d'un être cher.

En plus d'offrir des services d'aide directe aux endeuillés, la Maison Monbourquette se donne pour mission de sensibiliser la population générale à la réalité du deuil par l'entremise de son Centre de formation. Des conférences et des formations, destinées à la fois aux bénévoles, aux professionnels et au grand public sont dispensées dans plusieurs régions du Québec.

CONSEIL D'ADMINISTRATION : une équipe diversifiée qui assure une saine gestion

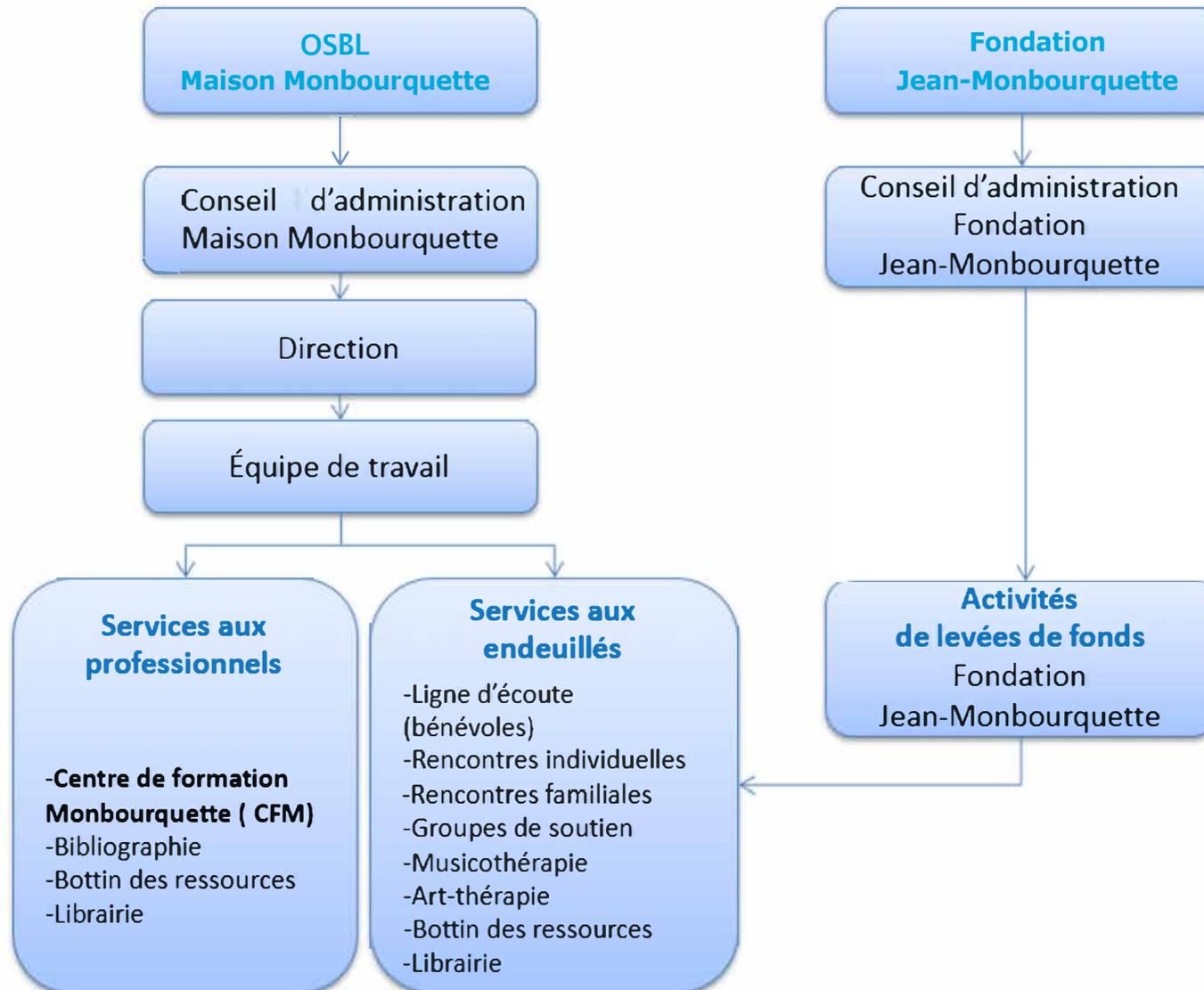


Le conseil d'administration de la Maison Monbourquette est composé de 13 membres provenant de différents milieux apportant une expertise variée. Afin d'assurer une saine gestion de l'organisme, lequel gère un budget moyen de 550 000\$, les membres du Conseil se sont réunis à trois reprises au cours de l'année financière soit le 20 mai 2015, le 28 septembre 2015 et le 25 janvier 2016. L'assemblée générale annuelle a suivi la réunion des membres du 20 mai 2015. Les administrateurs ont été réélus à cette occasion.

Les administrateurs du conseil d'administration:

Lisette Jean, présidente et fondatrice de l'organisme
Philippe-Denis Richard, vice-président et secrétaire, avocat-conseil
Guy Racicot, trésorier, assistant-contrôleur Power Corporation
Sophie Chartrand, membre, Directrice de l'organisme
Dominique Bertrand, membre et porte-parole de l'organisme
Lucille Joly, représentante des bénévoles
Nadine Boucher, représentante des usagers
Caroline Jamet, membre, vice-présidente des communications La Presse
Josée Jacques, membre, psychologue
Joey Ouellet, membre, paramédic-instructeur à Urgences Santé
Jeannot Martel, membre, CSE Telus
Jean-François Néron, membre, policier, Sûreté du Québec
Marc Poirier, membre, représentant Magnus Poirier

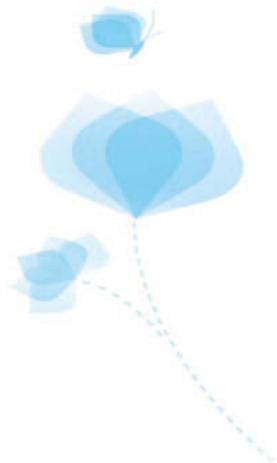
Organigramme



Une équipe de travail dynamique composée de professionnels qualifiés



Sophie Chartrand, directrice
Yolande Charette, préposée à l'accueil
Sylvie Williams, travailleuse sociale et intervenante-jeunesse
Martine Létourneau, musicothérapeute
Natasha Perreault, travailleuse sociale et responsable des bénévoles
Sophie Latour, travailleuse sociale et formatrice au Centre de formation
Nathalie Viens, T.S., formatrice et conférencière au Centre de formation
Laure Leslé, adjointe administrative au Centre de formation
Sophie Simonet, responsable du financement philanthropique
Jacline Côté, intervenante et formatrice contractuelle
Flore Bessette, intervenante contractuelle
Noel Carpin, intervenant contractuel
Annie Pettersen, intervenante contractuelle
Normand Deschênes, entretien ménager



Le bénévolat: une ressource précieuse



Bienvenue à tous les bénévoles qui se sont joints à l'équipe

Outre l'équipe de travail présentée précédemment, la Maison Monbouquette compte sur l'engagement de nombreux bénévoles pour accomplir sa mission. L'équipe s'est agrandie encore cette année en accueillant deux nouvelles cohortes de bénévoles. Deux formations de trente heures portant sur le deuil et l'écoute active leur ont été dispensées avant de pouvoir s'impliquer à la ligne d'écoute.

En plus de ces formations initiales, 7 activités ont été organisées pour l'ensemble des bénévoles. Ces activités s'inscrivent dans une perspective de formation continue tout en nourrissant la vie associative de l'organisme.

Les bénévoles qui effectuent des suivis individuels ou qui animent des groupes de soutien ont pu bénéficier de 8 réunions de supervision. Ces rencontres avaient pour objectif de parfaire leurs connaissances sur le deuil, de développer leurs compétences et d'échanger sur leurs expériences communes à titre d'accompagnateurs.



Les hommes bénévoles de la Maison Monbourquette ont créé un comité de travail afin de développer un nouveau service pour les hommes endeuillés. Ce comité s'est réuni à 9 reprises au cours de l'année dans le but de réfléchir à la condition masculine et aux besoins spécifiques des hommes en deuil.

Maria Vieira et Louise Rioux furent honorées à la fête de Noël pour leur 5^{ème} année d'engagement bénévole au sein de l'organisme. Le party de Noël fut une occasion idéale pour témoigner notre gratitude envers toutes les personnes qui offrent généreusement de leur temps à la Maison Monbourquette. Merci aux nombreux commanditaires du quartier qui nous ont permis d'offrir un cadeau de Noël à chaque bénévole.

Au cours de l'année 2015-2016, la Maison Monbourquette a eu la chance de compter sur l'engagement d'une soixantaine de bénévoles pour opérer sa ligne d'écoute provinciale et pour offrir un accompagnement individuel à la clientèle. À eux seuls, les bénévoles ont offert plus de 5 200 heures d'écoute aux personnes en deuil. La Maison Monbourquette est fière de pouvoir compter sur l'apport inestimable des bénévoles.

En plus de permettre de maximiser l'offre de services à la population, la présence des bénévoles au sein de l'équipe contribue à mettre de l'avant des valeurs d'entraide, de partage et de solidarité.



La Maison Monbourquette: des services diversifiés pour tous



LA MAISON MONBOURQUETTE EN CHIFFRES

Au cours de l'année 2015-2016,
la maison Monbourquette a offert
aux personnes endeuillées :

2591 appels répondus
à la ligne d'écoute

1919 suivis individuels
42 rencontres auprès des
jeunes et de leur famille

123 rencontres de groupe

6921 demandes traitées
à l'administration

Afin de pouvoir réaliser notre mission,
nous avons pu compter sur la générosité
de 55 bénévoles qui ont donné 5 232 heures
d'écoute et de soutien aux personnes en deuil.

Merci à l'équipe de la maison Monbourquette,
employés et bénévoles, pour leur travail
exceptionnel!

Services offerts en 2015-2016

Ligne d'écoute 1-888-LEDEUIL joignable 365 jours par année
Rencontres individuelles
Rencontres familiales
Suivis auprès des enfants et des adolescents
Musicothérapie
Groupes de soutien sur 12 semaines
Groupes ouverts mensuels
Groupe spécifique pour les parents en deuil d'un enfant
Groupe pour les jeunes endeuillés
Groupe mensuel pour les hommes en deuil
Groupe d'art-thérapie
Rituel commémoratif



LE DEUIL AU MASCULIN

ENTRER DANS LE DEUIL
POUR S'EN SORTIR.



Cette année, la Maison Monbourquette s'est donnée pour objectif de rejoindre davantage les hommes en deuil en leur proposant un service adapté à leurs besoins. Un groupe fut donc organisé à raison d'un samedi par mois dans le but d'offrir aux hommes la possibilité de partager librement avec d'autres personnes vivant une situation similaire. De nouveaux messages publicitaires porteurs d'espoir ont été réfléchis et conçus spécialement pour cette clientèle.

Un bulletin spécial traitant du deuil au masculin, que vous trouverez en annexe au présent rapport, fut rédigé afin de dénoncer les messages sociaux stéréotypés, d'encourager les hommes à demander de l'aide et de s'autoriser à vivre leur deuil. Nous avons également produit une vidéo dans laquelle le Général Roméo Dallaire livre un message clair aux hommes, celui de cesser de s'isoler et de souffrir en silence. Qu'il n'y a pas de honte à se faire aider...

Les différents témoignages d'appréciation livrés par les participants nous prouvent la pertinence de ce nouveau service:

" Venir au groupe m'a enlevé un poids de 150 livres sur les épaules"

" Le fait de se retrouver seulement entre hommes permet d'aborder en profondeur nos émotions"

"C'était génial, merci pour cette initiative!"

" C'est un must!"



Témoignages d'appréciation de la clientèle



Les rencontres individuelles :

"Je me suis sentie reçue, écoutée et comprise."

"Vous avez été pour moi une véritable bouée de sauvetage! Merci mille fois"

" Merci pour le support réconfortant et l'écoute professionnelle. Vous avez été un phare dans la tempête."

"Grâce à vous, je me sens plus sereine devant l'absence."

"La Maison Monbourquette est un lieu calme, rassurant et bienveillant. Je m'y suis sentie accueillie de façon ouverte et chaleureuse."

"Lorsque l'occasion se présente, je n'hésite pas à recommander votre maison."

" I'd like to thank the volunteers at Maison Monbourquette who accompanied me during one of the most difficult periods of my life and helped give me hope for the future. »

Les groupes :

" Quatre ans après avoir bénéficié de votre support exceptionnel dans le cadre d'un groupe de soutien de 12 semaines, je vous suis encore et toujours extrêmement reconnaissante de ce service plus qu'essentiel ! Merci du fond du coeur !"

"Merci au groupe d'avoir été sur ma route. Je me suis sentie comprise et respectée par les autres."

"J'ai apprécié me retrouver dans un endroit avec des gens où j'ai pu m'exprimer sans retenue."

"Le groupe m'a permis de réaliser que je suis normale, que je vis des émotions naturelles et je serai capable un jour de surmonter le deuil de mon enfant."

Les groupes Jeunesse:

"J'ai aimé savoir que je ne suis pas seule à vivre un deuil. Qu'il y en a d'autres comme moi qui ont perdu un parent. J'ai appris à sortir la boule d'émotions en moi"

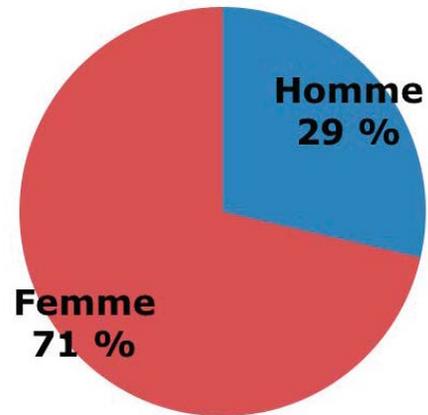
La musicothérapie :

" Cette démarche a été un baume suave sur ma peine. Elle est venue colmater ma blessure. Non seulement j'ai pu vivre mon deuil, entièrement bercée par la musique, mais j'ai apprivoisé cet art des sons que je croyais inaccessible."

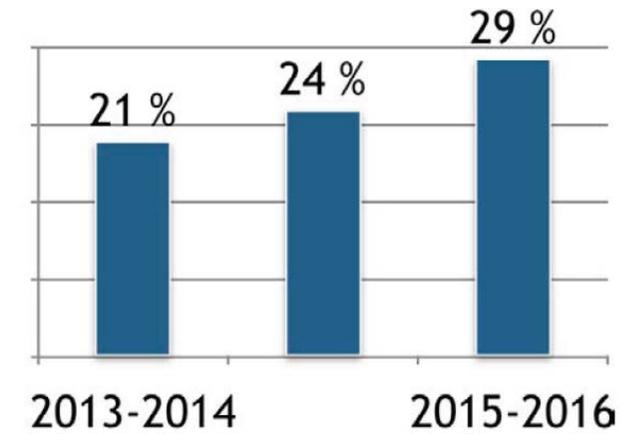
" Cette démarche m'a été salutaire et hautement bénéfique, car elle m'a permis de libérer des affects étroitement liés aux éléments traumatiques de mon deuil et de prendre conscience des forces de vie qui m'habitent encore et qui me soutiennent dans cette traversée de deuil houleuse, si douloureuse. J'ai le sentiment que j'ai progressé tout au long de cette démarche. J'ai pu rétablir des repères qui me permettent d'avancer plus solidement et de m'ancrer dans un présent qui, tout en tenant compte de ma perte, s'ouvre sur un avenir envisageable."

Quelques statistiques

Une majorité de femmes parmi notre clientèle en rencontres individuelles...



...mais la part des hommes augmente depuis les dernières années



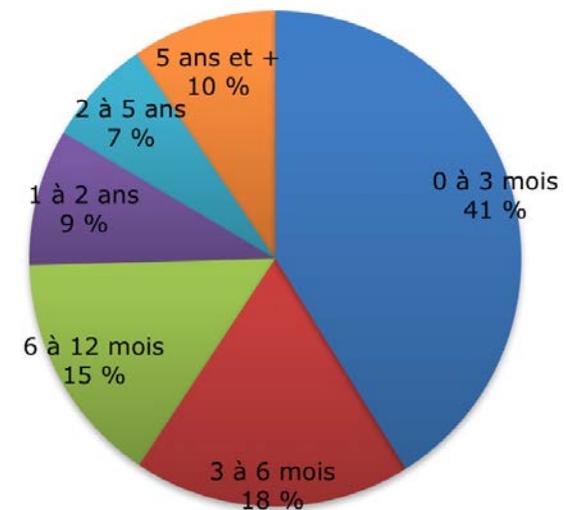
Les efforts déployés au cours de la dernière année pour rejoindre la clientèle masculine semblent avoir porté fruit, car les chiffres démontrent une croissance au niveau des services de consultations individuelles. Toutefois, les hommes semblent avoir moins recours à notre ligne téléphonique : ils représentent seulement 15% des appelants.

Le moment de la demande d'aide

41% de la clientèle sollicite notre appui dans les 3 premiers mois qui suivent le décès.

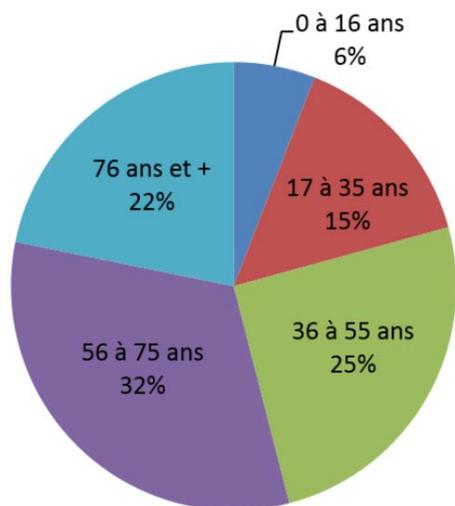
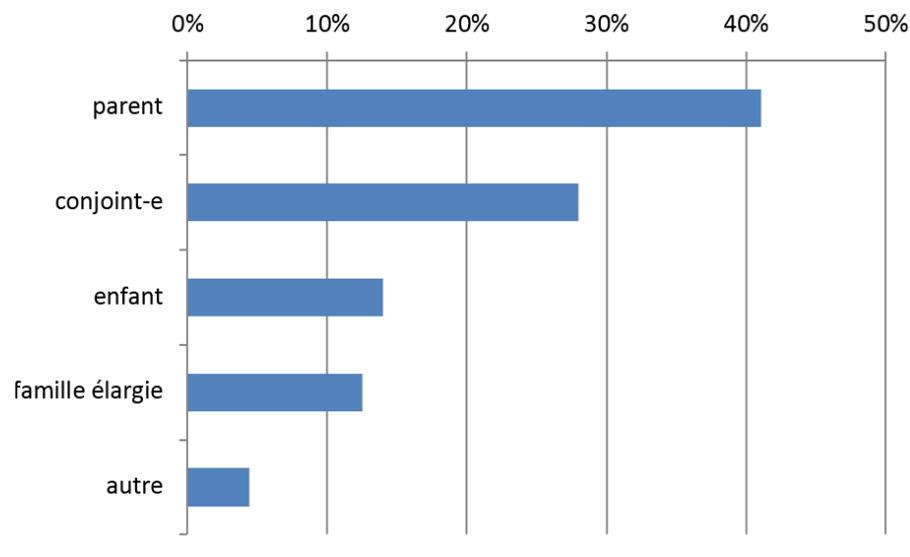
Mais pour 17% d'entre eux, l'être cher est décédé depuis plus de 2 ans. La maison Monbourquette accompagne les endeuillés à leur rythme lorsque le besoin se fait sentir, peu importe le temps écoulé depuis le décès.

Les hommes attendent plus longtemps avant de demander de l'aide. 61% des femmes viennent en rencontre individuelle dans les 6 mois qui suivent le décès comparativement à 55% chez les hommes. Pour 14% des hommes rencontrés, le décès date d'il y a plus de 5 ans contre 8% pour les femmes.



Quand la mort touche un membre de la famille

La majorité de notre clientèle nous consulte suite au décès d'un parent ou d'un conjoint. Considérant que la mort d'un enfant est plus rare dans notre société, les statistiques nous permettent toutefois de conclure que les parents endeuillés ont plus tendance à demander de l'aide que les autres. Afin de répondre à leurs besoins, la Maison Monbourquette a développé des groupes de soutien spécifiques aux parents éprouvés par la perte d'un enfant.



Décès prématuré

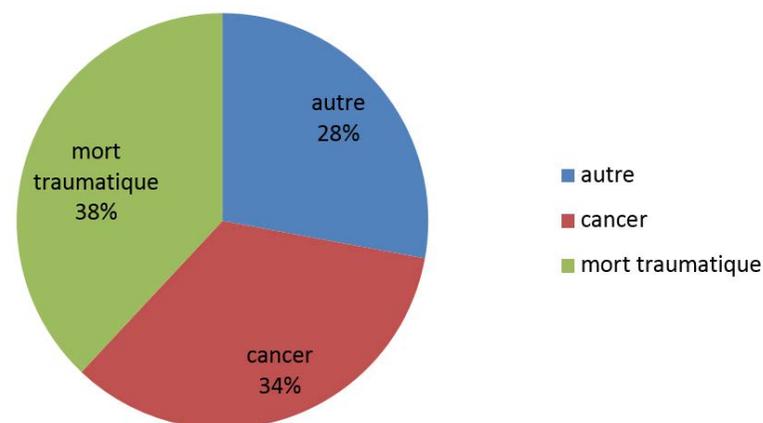
Dans près de la moitié des cas (46%), l'être cher est décédé avant d'avoir atteint l'âge de 55 ans.

Notons que les hommes sont proportionnellement plus nombreux à demander du soutien pour un décès survenu avant l'âge de 55 ans.

Cause du décès

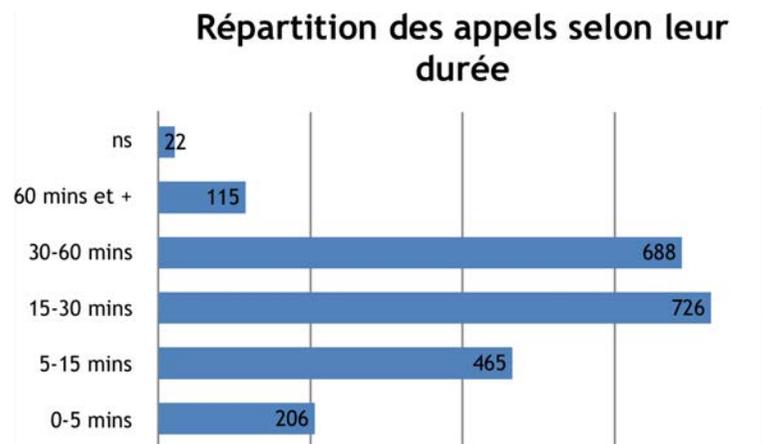
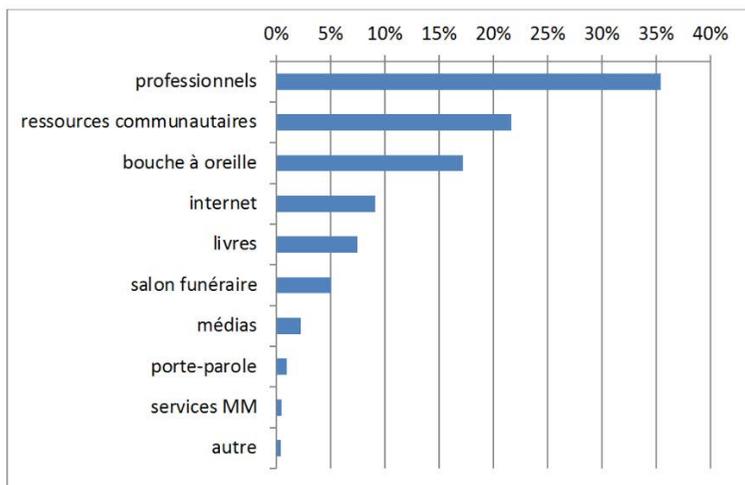
Pour la clientèle venant en rencontres individuelles, les cancers et les morts traumatiques restent les principales causes de décès de l'être cher.

Les hommes sont proportionnellement plus nombreux à venir consulter suite à un décès lié à un cancer : 44% des hommes rencontrés vivent un deuil suite à un cancer contre 34% pour les femmes.



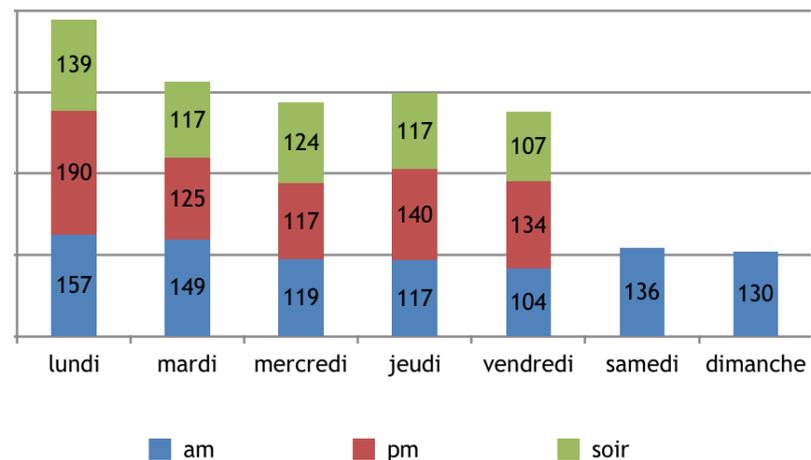
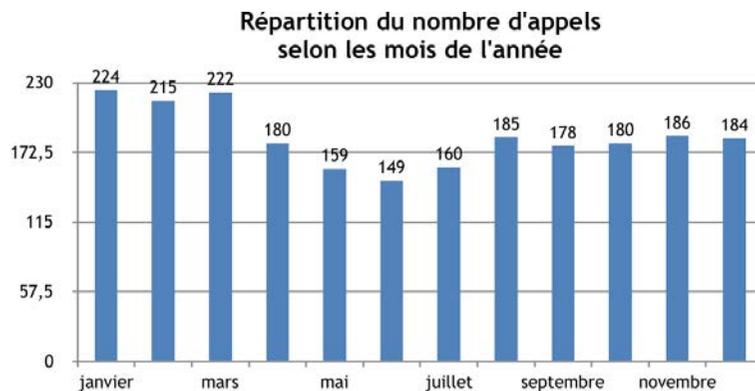
La ligne d'écoute en chiffres

Force est de constater que la Maison Monbourquette est devenue une référence pour bon nombre de professionnels qui réfèrent régulièrement à nos services.



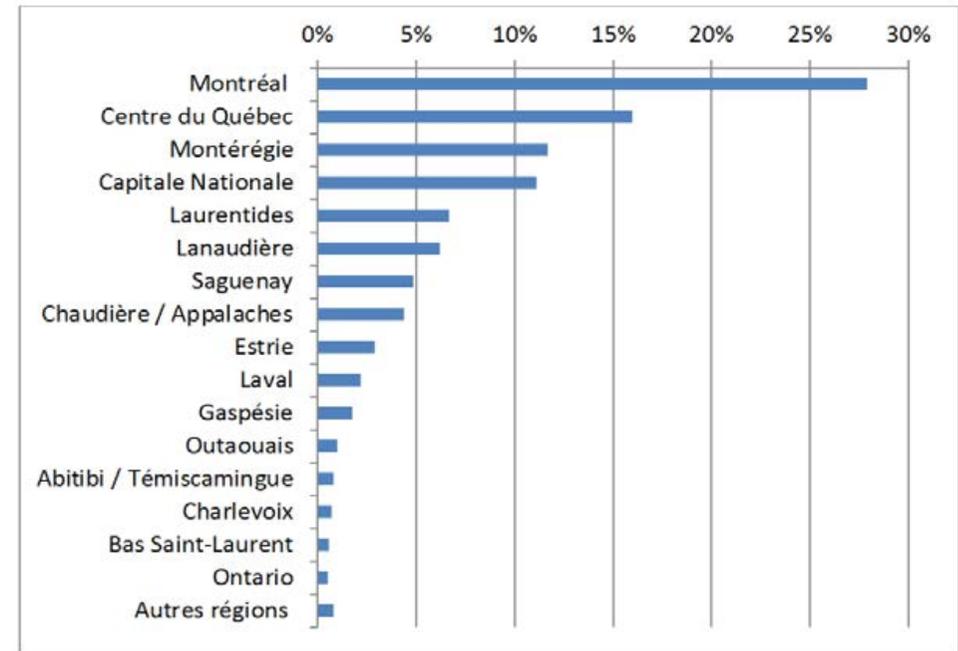
Moment et durée de l'appel

Les statistiques nous rappellent que le besoin d'être écouté est présent à tout moment de l'année et du jour d'où la pertinence d'offrir un service constant et sans relâche. Rappelons que la ligne d'écoute est exclusivement offerte par des bénévoles sous la supervision des professionnels. Merci aux bénévoles qui offrent à eux seuls 12 heures d'écoute par jour.



La ligne d'écoute offre une présence à travers le Québec

Grâce aux efforts promotionnels, la Maison Monbourquette a une portée à travers le Québec. Des bénévoles de différentes régions composent le numéro sans frais: 1-888-LEDEUIL afin de trouver soutien et réconfort au bout du fil.

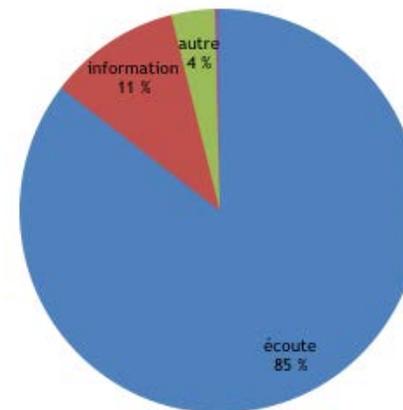


Le deuil: en parler pour mieux le vivre!

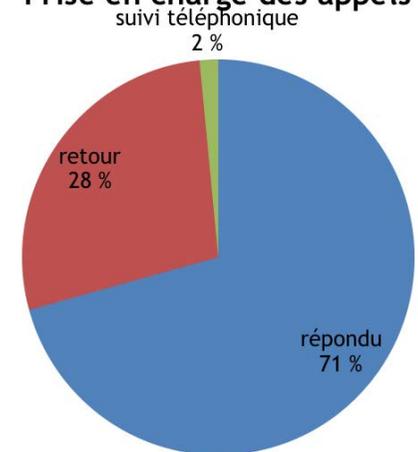
Puisque la grande majorité des appelants nous contacte dans le but d'être écoutés et soutenus dans l'épreuve qu'ils traversent, notre slogan prend tout son sens. Le bénévolat à la ligne d'écoute exige donc une capacité d'écoute remarquable.

Notons que la majorité du temps, les bénévoles réussissent à répondre immédiatement aux appels, sans quoi ils prennent soin de retourner les appels non-répondus grâce à notre messagerie vocale.

Motifs des appels



Prise en charge des appels



LE CENTRE DE FORMATION MONBOURQUETTE EN CHIFFRES

Au cours de l'année 2015-2016,
le Centre de formation Monbourquette
a rejoint 1593 personnes dans les
différentes régions du Québec en offrant :

17 conférences sur :
/ apprivoiser les étapes du deuil
/ mieux comprendre les aînés en deuil
/ accompagner un jeune en deuil

16 formations *Sensibilisation au deuil*

4 formations *Animation d'un groupe de soutien*

6 formations *Sensibilisation au deuil en contexte de mort traumatique*

2 formations *Accueillir les endeuillés dans les premiers moments*



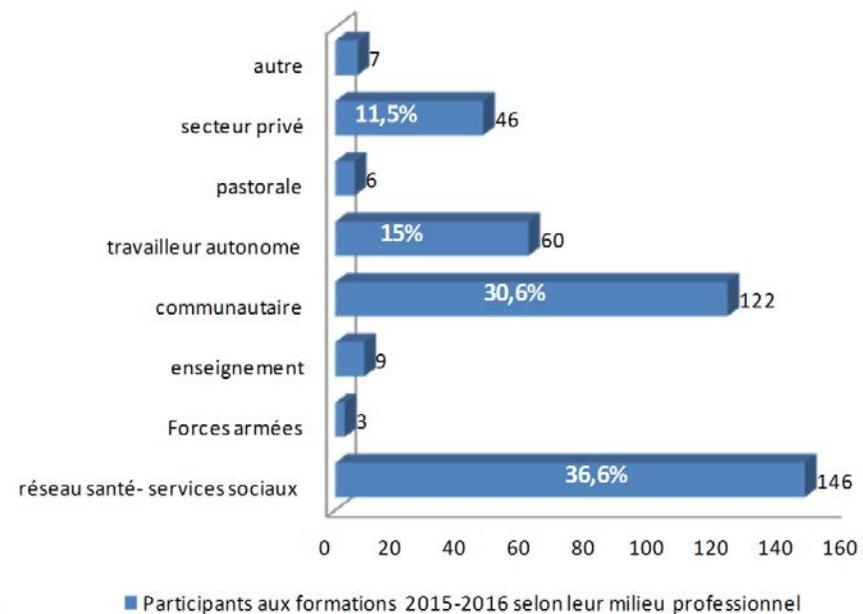
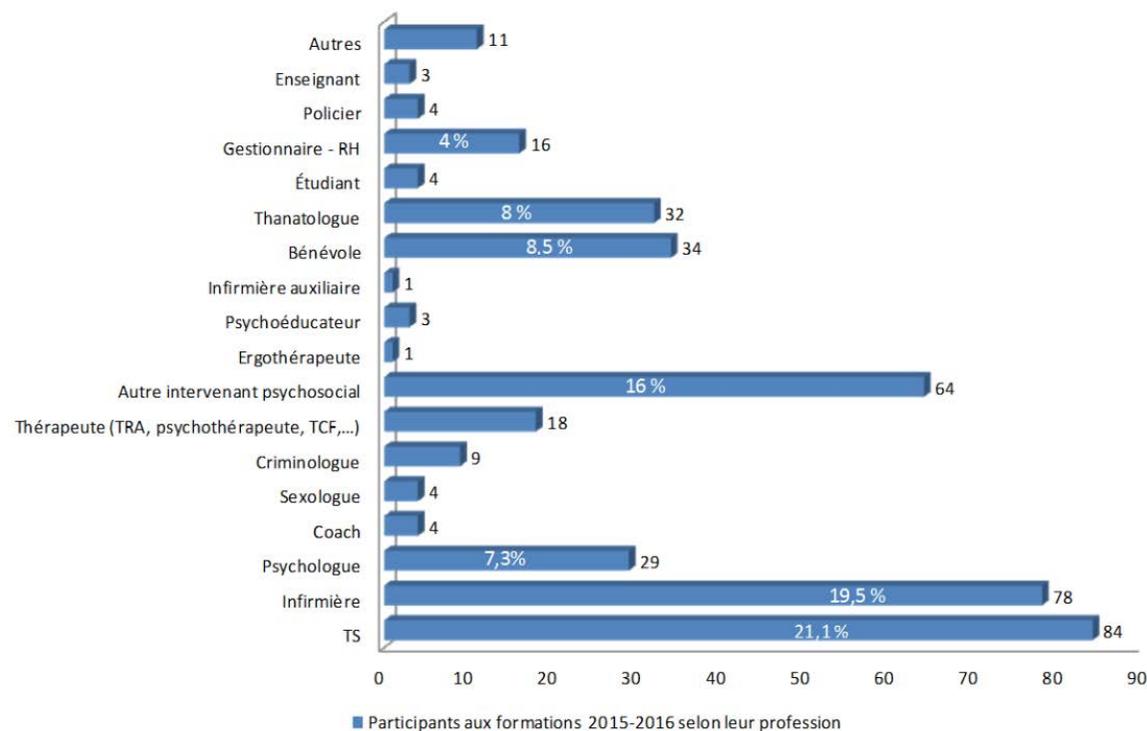
Un travail remarquable a été accompli pour accréditer nos formations auprès des différents ordres professionnels. Ainsi la majorité de nos formations permettent l'obtention de crédits de formation continue pour les membres de:

- L'ordre des psychologues du Québec
- L'ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec
- L'ordre des conseillers en ressources humaines agréés
- L'ordre des infirmiers et infirmières du Québec
- International coach federation

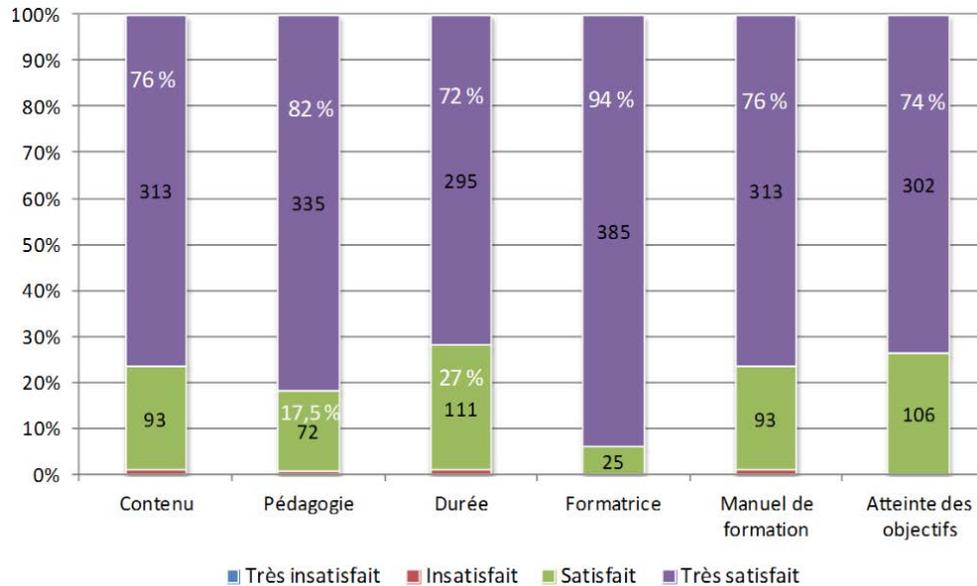
Nos formations sont également reconnues par d'autres ordres professionnels (sexologues, criminologues, conseillers d'orientation, naturothérapeutes, inhalothérapeutes, etc.)

Le Centre de formation

Le centre de formation a parcouru plusieurs kilomètres à travers les différentes régions du Québec afin de rejoindre des professionnels de divers milieux. De Montréal à la Gaspésie, la majorité des participants à nos formations, provient du réseau de la santé des services sociaux et du milieu communautaire. Les travailleurs sociaux et infirmiers ont été nombreux à s'inscrire en 2015-2016.



Taux de satisfaction remarquable



"Les formatrices offrent de bons exemples et nous font réfléchir sur notre pratique courante."

"Je me sens maintenant plus confiante pour animer un groupe de deuil."

"Je me sens plus outillée. Je repars avec une grosse valise pleine d'outils qui je l'espère, m'aideront à mieux intervenir."

"Excellente formation! Juste équilibre entre la théorie et la pratique. Démarche accessible et stimulante."

"Formation participative qui nous amène à réfléchir sur nos propres deuils. Ce fut un moment de ressourcement et d'arrêt."

"Intéressant de pouvoir expérimenter plutôt que de simplement recevoir la théorie."

"J'aurais aimé approfondir davantage les différents concepts dans une démarche thérapeutique plutôt que d'accompagnement."

"J'aurais aimé avoir encore plus de temps pour élaborer sur le sujet. Une journée de plus aurait été appréciée."

"Cette formation va me permettre d'être plus à l'écoute des familles."

"Cette formation m'a procuré de bons outils pour démarrer ma nouvelle profession et me garder alerte sur l'accueil et l'écoute aux endeuillés."

"Excellente conférence, nous avons passé une très belle soirée! "

"La conférencière sait mettre un peu d'humour sur un sujet vraiment lourd... "

"Les formatrices amènent beaucoup d'exemples ce qui facilite la compréhension."

"Quelle richesse d'enseignement. Les formatrices sont très professionnelles, compétentes, empathiques et humaines."

"Je suis plus conscient des enjeux du deuil suite à une mort violente. Je serai plus à l'aise avec cette clientèle."

Membership

Impliquée dans sa communauté, la Maison Monbourquette est membre de:

- L'association québécoise des centres d'écoute téléphonique du Québec
- L'association canadienne pour la santé mentale
- Le centre d'action bénévole de Montréal
- Accès-bénévolat
- L'association des familles de personnes assassinées et disparues
- La table de concertation des aînés de Montréal
- Le regroupement des organismes pour hommes de l'île de Montréal

Partenaires commerciaux

La Maison Monbourquette a développé des ententes de services avec certains partenaires dont:

- Leucan
- Les salons funéraires Magnus Poirier
- La résidence funéraire G. Jodoin,
- La coopérative funéraire du Saguenay

Stages

Chaque année, la Maison Monbourquette accueille des stagiaires de différents établissements d'enseignement. En 2015-2016, nous avons eu le plaisir d'intégrer une stagiaire en musicothérapie de l'Université Concordia et un étudiant au baccalauréat en travail social de l'UQAM.

En collaboration avec le collègue Rosemont, les étudiants du programme de thanatologie sont venus faire un stage d'un jour à la ligne d'écoute.

Représentations, congrès et colloques

La participation à des activités de représentation est une occasion privilégiée de promouvoir les services offerts par l'organisme. Citons notre présence au:

- Salon des aînés d'Outremont
- Colloque de la perte à la reconstruction: l'expérience du deuil chez les aînés organisé par le centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale
- Colloque régional et montréalais en santé et bien-être des hommes
- Congrès de l'Ordre des infirmiers et infirmières du Québec
- Salon des stages de l'UQAM
- La fête des morts organisée par Patrimoine funéraire Montréal



Subvention et activités de financement

Merci au Ministère de la santé et des services sociaux qui dans le cadre de son programme de soutien aux organismes communautaires a accordé une subvention de 15 000\$ pour soutenir la mission globale de l'organisme.



En terme de financement, la Maison Monbourquette a poursuivi la vente de livres *et de DVD* générant des revenus de 9 800\$.

De plus, le Centre de formation participe à la réalisation des objectifs de financement de l'organisme. Les inscriptions aux formations et conférences ont totalisé des revenus bruts de 1 16 634\$.



Pour permettre à la Maison Monbourquette de continuer à offrir des services gratuits et de qualité, la Fondation Monbourquette a poursuivi en 2015-2016 ses activités de financement. Lors de l'Omnium de golf, qui a eu lieu le lundi 22 juin 2015 au Country Club de Saint-Lambert, ce sont ainsi 290 000\$ qui ont été collectés : nous remercions tous les partenaires, commanditaires, participants, bénévoles et fournisseurs de cette 6ième édition. Une campagne de sollicitation de dons a par ailleurs été réalisée en novembre 2015 : merci à tous les généreux donateurs.



De gauche à droite on reconnaît **madame Sophie Chartrand**, directrice de la maison Monbourquette, **monsieur Denis Bergeron**, Planificateur financier, Groupe Investors, **monsieur Claude Gagnon**, Président et éditeur, Le Soleil et Président-directeur général, Groupe Capitales Médias, **monsieur Claude Paquin**, Président d'honneur et Président Services financiers Groupe Investors, Québec, **madame Lisette Jean**, Fondatrice et Présidente du Conseil d'administration de la maison Monbourquette, **Me Martin Cauchon**, Président, Groupe Capitales Médias et **monsieur Gérard Veilleux**, Président du Conseil d'administration de la Fondation Jean-Monbourquette.

L'espace pour pouvoir vivre son deuil offert par la Maison Monbourquette répond à un besoin très présent parmi les membres de notre société: enfants, femmes, hommes, familles qui ont perdu un être cher. Consciente de ce besoin croissant et convaincue que la Maison Monbourquette y répond avec professionnalisme, la Fondation Monbourquette a lancé cette année une campagne visant à :

- élargir la portée des services de la Maison Monbourquette, en faisant mieux connaître la possibilité d'être soutenu dans le deuil
- garantir la pérennité de l'organisme en assurant son financement, grâce au soutien de nouveaux donateurs et à une consolidation des liens avec nos donateurs actuels.

Les communications

La Maison Monbourquette a publié 2 bulletins d'information l'Envol sur l'art-thérapie et le deuil au masculin.

Les logos des trois entités : Maison Monbourquette, Centre de formation Monbourquette et Fondation Monbourquette ont été revus et harmonisés en collaboration avec Amazone Communications. Grâce à l'unification de ces logos, nous sommes fiers de pouvoir présenter une image claire de notre mission "soutien aux endeuillés" et de refléter les liens étroits entre les trois entités. Nous sommes confiants que cela contribuera à mettre de l'avant la nature essentielle de notre mission et le fonctionnement structuré et transparent de l'organisme.



Merci aux quotidiens La Presse et Le Soleil qui ont permis de faire la promotion de la ligne d'écoute tout au long de l'année.

Merci à notre porte-parole Dominique Bertrand qui a fait connaître la Maison Monbourquette lors de ses interventions dans les médias. L'équipe de la Maison Monbourquette a également accordé des entrevues dans différents médias. Consultez notre revue de presse en annexe pour lire nos publications.



facebook.com maisonMonbourquette
facebook.com formationmonbourquette

La Maison Monbourquette a continué de développer sa présence sur les réseaux sociaux. Avec ses deux pages facebook, elle a atteint cette année près de 1 000 "J'aime". Les publications permettent de faire la promotion des services offerts par la Maison Monbourquette et par le Centre de formation tout en offrant la possibilité de partager des articles relatifs au deuil et de relayer des informations pertinentes publiées par des organismes partenaires. C'est un outil incontournable pour répondre à notre mission de sensibilisation du grand-public au sujet du deuil et du suivi de deuil.

Perspectives

C'est avec enthousiasme et motivation que nous entreprenons l'année 2016-2017. Une fois de plus, cette année nous offrira de nombreux défis à relever notamment l'acquisition d'un nouveau logiciel de gestion, la mise en marché de notre nouvelle conférence sur le deuil en milieu de travail et le développement de nouveaux partenariats. Nous travaillerons sans relâche pour offrir des services gratuits de qualité, empreints d'humanité, aux personnes éprouvées par la mort d'un être cher.

Annexes / Revue de presse

L'ENVOI

Pour que la vie reprenne son envol

maison
Monbourquette

maisonmonbourquette.com

BULLETIN SPÉCIAL ART-THÉRAPIE

PRINTEMPS 2015

L'ART-THÉRAPIE, UNE AUTRE FAÇON DE S'AIDER DANS LA TRAVERSÉE DU DEUIL



/ Jacqueline Côté, M.A.
consultante, art-thérapeute
et formatrice

La vie humaine est jalonnée de pertes, de renoncements, de deuils : éloignement d'un proche, rupture, perte d'emploi, maladie, naufrage d'un rêve... Et, parmi les pertes les plus douloureuses, il y a bien sûr le décès d'un être cher. Voir mourir quelqu'un qu'on aime, ou encore recevoir l'annonce imprévue de sa mort, sont des épreuves difficiles à traverser pour la majorité d'entre nous.

Mais on peut choisir de ne pas vivre seul cette épreuve et se faire aider pour affronter la souffrance. Et une des façons de s'aider et de se faire aider est l'expression artistique, et plus particulièrement l'art-thérapie.

Lorsque les mots ne suffisent pas, que la gorge reste nouée et que les paroles ne viennent pas, ou encore que la souffrance est cadencée à l'intérieur et que les émotions restent bloquées... il y a parfois une autre façon de se dire, d'exprimer ce

qui fait mal en-dedans, de redonner sens à une expérience vécue comme absurde, incompréhensible.

L'ART-THÉRAPIE, DE QUOI S'AGIT-IL ?

L'art-thérapie est une approche de relation d'aide qui fusionne la psychologie et l'art. Cela peut se passer en rencontres individuelles, seul à seul avec le thérapeute, mais aussi en groupe, sous la guidance de l'art-thérapeute.

À l'aide de divers médiums d'expression visuelle tels les crayons-feutres, les pastels, la peinture, l'aquarelle, la plastiline, l'argile, etc... la personne aidée exprime par des lignes, des formes, des couleurs, ce qui se passe en elle. Elle crée des images qui évoquent ses préoccupations et son ressenti (émotions, sensations, etc). Un peu comme dans nos rêves, la nuit, lorsque l'imaginaire et les symboles prennent la relève de la pensée logique.

Au rendez-vous : la créativité, l'intuition, le cerveau droit... souvent la détente due à la décharge de tension et à l'expression

émotionnelle... parfois même le plaisir, le jeu... et, le plus souvent, une expérience d'ouverture et de reconnexion avec soi-même.

Et, bonne nouvelle : pas besoin de savoir dessiner, au contraire. Aucun talent artistique requis, la magie opère à travers les photolangages, les gribouillis, les collages, les modelages, etc. On donne congé à son rationnel et à son « critique d'art intérieur », car ce n'est pas le résultat qui importe mais plutôt le processus, la démarche de création.

Parfois aussi, une visualisation est proposée pour ouvrir la porte du ressenti et de l'imaginaire. Occasionnellement, de l'écriture dite « primitive » (spontanée), peut servir de support à la création visuelle.

En fait, l'art-thérapie convient à tous, quel que soit son âge, et pour diverses problématiques, y compris la maladie et le deuil. Elle permet non seulement de s'exprimer, mais aussi de mieux accéder à ses ressources intérieures.

UN GROUPE DE SOUTIEN-DEUIL AVEC L'ART-THÉRAPIE ?

Depuis plusieurs années déjà, la maison Monbourquette offre périodiquement de l'aide aux endeuillés via l'art-thérapie : en individuel, en groupe de soutien, en groupe de Journal de deuil, en groupe d'expression libre.

Cette année encore, un groupe sera formé au printemps pour des personnes endeuillées qui choisiront de cheminer et d'apprivoiser leur deuil par le biais de l'expression artistique. Ces rencontres se déroulent habituellement sous formes de journées complètes. Une entrevue

préalable est requise. On peut s'y inscrire en téléphonant à la maison Monbourquette.

L'approche s'inspire à la fois de Jean Monbourquette, de l'art-thérapie d'inspiration gestaltiste et du Journal Créatif d'A.-M. Jobin.

À travers ces rencontres et le support des autres participants, la personne en deuil trouvera une occasion de s'accueillir, de prendre soin d'elle pour mieux cicatiser son deuil.

Et, sans doute, de faire un pas de plus sur le chemin de l'acceptation... afin de vivre pleinement malgré la perte.



À L'USAGE DES ENDEUILLÉS :

10 PISTES D'EXPRESSION CRÉATIVE DONT CHACUN PEUT S'INSPIRER POUR ALLÉGER SON VÉCU DE DEUIL

- 1 **À travers un photocollage** (photos découpées dans des magazines ou autres), raconter l'histoire de sa relation avec l'être cher décédé.
- 2 **Trouver des photos et objets symboliques** rappelant le défunt et créer un « objet de mémoire ».
- 3 **Trouver des images et/ou objets symbolisant l'espoir de guérison** et créer une « installation » en les plaçant dans un endroit bien en vue chez soi.
- 4 **Tenir un « journal de deuil »**, incluant collages, photos, dessins, écriture, etc. Y relater son cheminement, ses hauts et ses bas, ses progrès...
- 5 **Faire des griboillis (barbeaux) ou dessins spontanés pour exprimer ses émotions** au fil des jours.

- 6 **Écouter de la musique et des chansons évoquant le deuil et/ou le défunt**, puis dessiner ou gribouiller pendant l'écoute.

- 7 **Créer, en hommage au défunt, un album-souvenir, des poèmes qu'on illustre soi-même, un acrostiche de ses qualités** (à partir de son prénom et nom), ou encore une boîte spéciale pour y ranger les souvenirs les plus précieux.

- 8 **Rédiger des lettres au défunt**, par exemple : donner des nouvelles de soi et de son deuil, parler des regrets, exprimer ses sentiments de peine, de culpabilité, de colère ou autres. On peut aussi évoquer les pardons à s'accorder à soi et à accorder à l'autre, lui dire « au revoir », mentionner les mérites et la reconnaissance pour la relation, etc. Rédiger ces lettres avec des stylos de diverses couleurs selon les sentiments exprimés ; et les illustrer si désiré.

- 9 **Créer un mandala** en dessin ou collage pour représenter les « cadeaux » de la relation, ce que la personne m'a apporté de son vivant et ce qu'elle me laisse comme héritage psycho-spirituel.

- 10 **Toute autre idée créative** qui vous viendra intuitivement pour soutenir votre cheminement de deuil.



EXPOSITION À LA MAISON MONBOURQUETTE « DEUIL APRÈS DEUIL... : LE DEUIL EN IMAGES »

Depuis la mi-mars, la maison Monbourquette présente des œuvres qui ont été créées par des endeuillés-es en contexte d'art-thérapie individuelle ou de groupe.

Chaque cheminement de deuil est unique, différent, et chaque personne l'exprime à sa façon. Ces quelques exemples d'œuvres témoignent de la créativité de l'être humain, même souffrant, et de sa résilience.

Ils démontrent aussi comment l'art-thérapie peut être une autre façon de se dire, une autre façon de pleurer et de chercher un sens, une autre façon de cicatriser sa blessure, « quand les mots ne suffisent pas »...

TÉMOIGNAGES REÇUS DES PARTICIPANTS AU GROUPE D'ART-THÉRAPIE :

« Je constate qu'écrire et dessiner m'a fait progresser dans mon deuil. »
« Je ressens beaucoup de gratitude pour la maison Monbourquette, particulièrement pour l'atelier d'art-thérapie. Ce que je ressens est inimmuable. Cette expérience m'a donné du courage pour continuer et

l'espoir de m'en sortir. »

« J'ai aimé le rythme des rencontres. J'y ai trouvé un lieu de sécurité et de tranquillité que je pourrai retrouver par moi-même en poursuivant l'écriture dans mon journal de deuil. »

« J'en aurais pris plus encore ! Merci pour le respect envers l'expérience de chacun. Je repars avec une plus grande sensibilité face à la souffrance des autres. »

« C'est très différent d'un suivi individuel. Cela m'a beaucoup apporté. C'est une expérience riche et profonde. »

L'ENVOI

Volume 6, numéro 1
Printemps 2015
Bulletin d'information
et de références sur le deuil
publié deux fois l'an.

Collaborateurs

Sophie Chartrand, M.Sc., T.S.,
Directrice de la maison Monbourquette

Jacline Côté, M.A.
consultante, art-thérapeute
et formatrice

maison Monbourquette
185, avenue Bloomfield
Outremont (Québec) H2V 3R5
infos@maisonmonbourquette.com
maisonmonbourquette.com
514 523-3596 :: F 514 787-0063



L'ENVOI

Pour que la vie reprenne son envol

maison
Monbourquette

maisonmonbourquette.com

BULLETIN SPÉCIAL LE DEUIL AU MASCULIN

AUTOMNE 2015

TRAVERSER LE DEUIL AU MASCULIN

LE DEUIL AU MASCULIN

ENTRER DANS LE DEUIL
POUR S'EN SORTIR.



Nous savons tous que l'impensable doit un jour survenir. Par contre, quand la mort s'abat sur nos personnes aimées, nos familles, nos vies, plus rien n'a de sens. Malgré la douleur indescrivable et l'impression passagère que nous devenons fous, tout un monde, obéissant à rythme qui refuse de ralentir, semble nous demander de passer à autre chose. Certains disent que le temps arrange tout, d'autres suggèrent de se concentrer sur l'avenir, ou même d'éviter d'y penser. Si ces paroles « toutes faites » peuvent en aider quelques-un(e)s, la réalité pour d'autres est qu'en se tournant vers l'avenir ou en allant mieux, il est possible de ressentir que le souvenir du défunt s'en trouve trahi, que l'amour qui lui était voué n'est plus.

Les obstacles pour les endeuillés ne s'arrêtent malheureusement pas là. Si ce n'est pas la société qui refuse de s'arrêter ou la crainte d'oublier nos chers disparus, ce sont parfois les attentes sociales qui pèsent sur nous et notre deuil. La maison Monbourquette a récemment entrepris de se pencher sur une dimension particulière de ces attentes sociales : la masculinité. « Un homme, ça ne pleure pas ! »,

« un homme, c'est fait fort ! », « un homme, c'est débrouillard, ça règle soi-même ses problèmes ! » Combien de ces stéréotypes sont toujours présents dans l'imaginaire collectif ? Combien d'hommes tentent, peut-être inconsciemment, de correspondre à cet « idéal » masculin ? Notre question centrale demeure toutefois « comment ces idées préconçues influencent-elles le deuil, expérience d'impuissance et de vulnérabilité absolue, chez les hommes ? »

Nous sommes conscients qu'il existe des différences entre les hommes et les femmes quant aux manières de vivre le deuil : les femmes auraient plus de facilité à exprimer leurs émotions et à demander de l'aide, alors que les hommes seraient davantage portés vers l'action et demanderaient moins facilement de l'aide lors de moments difficiles. Afin de mieux comprendre le vécu des hommes endeuillés, nous avons organisé un groupe de soutien exclusif aux endeuillés masculins où il fut possible non seulement de partager sur les expériences personnelles suite à la perte, mais aussi de remettre en question certains mythes au sujet de la masculinité. L'expérience fut très riche et démontre que les hommes endeuillés

vivent beaucoup de détresse, mais qu'ils sautent sur l'occasion de pouvoir en parler lorsqu'on leur offre la possibilité de le faire. Plusieurs ont trouvé que se retrouver entre hommes fut bénéfique et contribua à créer une atmosphère de confiance où il était plus facile de parler. La cohésion et la proximité qui se sont formées entre les participants du groupe en seulement quelques heures en témoignent, car un tel lien ne survient généralement qu'après plusieurs rencontres au sein d'autres groupes de soutien.

La sincérité avec laquelle les participants ont su partager leur vulnérabilité et leur peine est un exemple remarquable de courage et de force qui ne cadre pas avec les codes de genre masculin traditionnels. Les endeuillés ne devraient pas se sentir prisonniers de pressions sociales ou d'idées préconçues au sujet de la masculinité. Nous reconnaissons à quel point il peut être difficile de demander de l'aide et saluons le courage de ceux qui s'autorisent à le faire. C'est pourquoi la maison Monbourquette s'engage à offrir un espace accueillant où les hommes pourront trouver du soutien exempt de jugements.

SUITE AU DÉCÈS D'UN ÊTRE CHER, LA MAISON MONBOURQUETTE OFFRE

DES RENCONTRES ET ACTIVITÉS SPÉCIFIQUES AUX HOMMES

UN ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

UN SOUTIEN TÉLÉPHONIQUE : 1-888-LEDEUIL (533-3845)

maisonmonbourquette.com

POURQUOI PARTICIPER À UN GROUPE DE SOUTIEN ?

Une étude récente suggère que les principaux obstacles des hommes quant au fait d'aller chercher de l'aide (pour surmonter un problème personnel) sont de ne pas vouloir être contrôlés et de préférer régler ses problèmes soi-même.

C'est pourquoi le groupe ouvert exclusif aux hommes offre un déroulement **flexible** et **collaboratif** où les participants

sont **libres** d'aborder leur deuil comme ils l'entendent, à leur rythme. Les liens de **solidarité** et de **complicité** créés par le groupe permettent aux endeuillés de miser sur les forces personnelles et l'**autonomie** de chacun, tout en facilitant la traversée du deuil grâce au soutien de ceux qui comprennent ce qu'est la perte d'un être cher.

QUELQUES TÉMOIGNAGES D'HOMMES QUI ONT PARTICIPÉ AU GROUPE DE SOUTIEN

« **Merci** d'être là pour nous. »

« **Fabuleux ! Génial ! Un must !** »

« Cette expérience entre hommes est **enrichissante** car les hommes ont une sensibilité différente de celle des femmes et de se retrouver seulement entre nous permet **d'aborder en profondeur nos émotions.** »

« **Merci** pour cette belle et enrichissante **rencontre**. C'est grandement apprécié ! »



NOUVEAU SERVICE OFFERT

Afin de répondre aux besoins, la maison Monbourquette offrira un **groupe ouvert mensuel destiné aux hommes** touchés par le décès d'un être cher.

Voici les dates des prochaines rencontres qui se tiendront **les samedis de 13h30 à 16h00** :

- le 19 décembre 2015
- le 16 janvier 2016
- le 20 février 2016
- le 19 mars 2016
- le 16 avril 2016
- le 14 mai 2016

Contactez-nous pour plus d'informations ou pour inscription :

514 523-3596 #1
infos@maisonmonbourquette.com
maisonmonbourquette.com



**SUITE AU DÉCÈS D'UN ÊTRE CHER,
LA MAISON MONBOURQUETTE OFFRE**

**DES RENCONTRES ET ACTIVITÉS SPÉCIFIQUES AUX HOMMES
UN ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL**

UN SOUTIEN TÉLÉPHONIQUE : 1-888-LEDEUIL (533-3845)

L'ENVOL

Volume 6, numéro 2

Automne 2015

Bulletin d'information

et de références sur le deuil
publié deux fois l'an.



Rédaction

Sébastien Bluteau,

bénévoles et stagiaires

à la maison Monbourquette

Collaborateurs

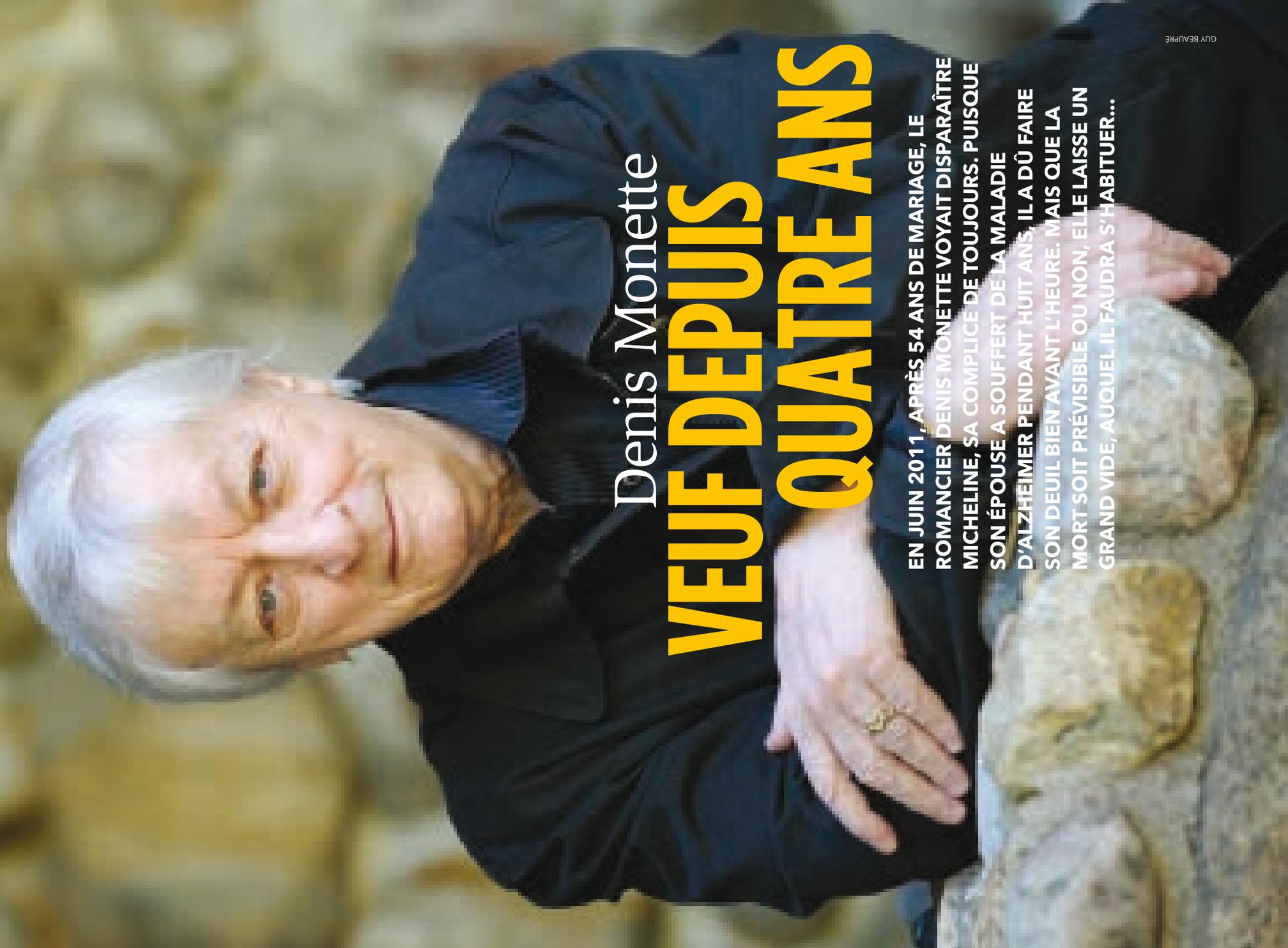
Les membres du comité masculin :

Michel Brunette, Richard Lalonde,

Daniel Legault, Noël Carpin,

Eric Ramirez et Bill Curran.





Denis Monette

VEUF DEPUIS QUATRE ANS

EN JUIN 2011, APRÈS 54 ANS DE MARIAGE, LE ROMANCIER DENIS MONETTE VOYAIT DISPARAÎTRE MICHELINE, SA COMPlice DE TOUJOURS. PUISQUE SON ÉPOUSE A SOUFFERT DE LA MALADIE D'ALZHEIMER PENDANT HUIT ANS, IL A DÛ FAIRE SON DEUIL BIEN AVANT L'HEURE. MAIS QUE LA MORT SOIT PRÉVISIBLE OU NON, ELLE LAISSE UN GRAND VIDE, AUQUEL IL FAUDRA S'HABITUER...

ACCOMPAGNER SON ÉPOUSE DURANT LA MALADIE

Le romancier a connu des années chargées, en raison de la maladie d'Alzheimer dont souffrait son épouse. «Elle occupait mes journées, racontait-il. La maison était aussi animée que si j'avais été un père avec de jeunes enfants. Son état exigeait une vigilance de tous les instants. Micheline a souffert de cette maladie pendant huit ans. Un peu plus et les enfants perdraient aussi leur père. J'étais épuisé... Être un aidant naturel est très exigeant. Je m'occupais de mon épouse 24 heures sur 24. Mais je l'aimais tellement...»

quotidienne, brusquement, c'était le silence. J'ai brutalement pris conscience de ma solitude.»

APPRIVOISER SON VEUVAGE

Même si les circonstances l'avaient préparé à ce départ, M. Monette a dû apprivoiser son veuvage. «On ne peut pas vivre 54 ans avec une personne et soudainement se faire à l'idée qu'il faudra continuer seul, dit-il. Il m'a fallu m'adapter. Au début, j'avais de la difficulté à m'endormir le soir. Je songeais à mon épouse qui était partie. J'étais seul dans ma maison. Certains me suggéraient de déménager, mais je préférerais composer avec la solitude. Je

HONORER LA MÉMOIRE DU DEFUNT

«Je voue un culte aux disparus, dit le romancier. Je me rends souvent au cimetière. Je vais me recueillir sur la tombe de mon épouse, je lui apporte des fleurs. Je souligne son anniversaire et les moments importants. Je lui parle de nos enfants, de nos petits-enfants. Et, parfois, j'ai l'impression qu'elle me répond ou, à tout le moins, qu'elle m'entend... À ceux qui me disent que j'ai enterré son corps, que son âme est partie, je réponds que j'ai aussi enterré son cœur, et que c'est à lui que je parle. Ça me donne de la force. Micheline a toujours été la femme de mes sentiments les plus profonds.»

«Quand on sent que notre douce moitié s'en va, il faut commencer à s'occuper de soi.»

ET PUIS, TOUT EST SILENCE...

Son épouse ayant été malade durant longtemps, sa maladie avait en quelque sorte forcé son deuil. «Comme elle avait perdu la raison, j'avais déjà perdu ma femme, se souvient-il. Elle était là physiquement, mais elle m'avait quitté depuis un moment. Elle me confondait avec son père. C'est une maladie si terrible... Je ne la souhaite à personne...» Puis, la mort est venue, apportant avec elle des sentiments de soulagement et de tristesse. «Lorsque le ciel est venu la reprendre, j'étais soulagé de la sentir enfin délivrée de ce mal qui empirait chaque jour, confie le romancier. J'ai ressenti un grand soulagement pour elle. C'était épouvantable de voir une femme qui avait été si belle, si active, si compétente dans sa vie professionnelle, si dévouée comme épouse et comme mère, devenir si démunie. Après son décès, je suis revenu chez moi et, du jour au lendemain, j'ai été confronté à l'absence. Après l'effervescence

m'étais consacré à mon épouse, j'avais tout donné pour elle et, tout d'un coup, je m'appartenais. Je n'en croyais rien, je la cherchais encore... J'ai eu la chance d'avoir une soupape: l'écriture. Alors que je m'évadais en écrivant mon roman, le temps s'effaçait. Malgré tout, ça reste un deuil à traverser, avec tout ce que ça implique sur le plan de l'adaptation. J'apprends encore...»

ÊTRE BIEN ENTOURÉ

M. Monette est père de deux enfants et grand-père de cinq petit-enfants, et il peut compter sur le soutien de sa famille. «Mon fils, Michel, m'appelle tous les soirs, dit-il. Il s'inquiète pour son père, qui vit seul. Ma fille habite en Alberta, elle est loin, mais elle me visite lorsque c'est possible et je me rends parfois là-bas. Elle m'appelle tous les week-ends. Je suis bien entouré: j'ai deux enfants merveilleux et des petits-enfants magnifiques. Ça aide à surmonter un deuil. La clé, c'est d'être bien entouré et de pouvoir donner autant d'amour qu'on en reçoit.»

PENSER À SOI

«Quand on sent que notre douce moitié s'en va, il faut commencer à s'occuper de soi et se trouver un but pour la suite des choses, suggère-t-il. Il faudra continuer seul. J'ai vu des hommes se remanier rapidement parce qu'ils étaient incapables de vivre seuls. Je ne peux les blâmer, certains n'arrivent pas à composer avec la solitude. Mais ce ne sera pas mon cas. Pour mieux se préparer, on devrait se trouver un hobby, une passion qui nous occupe, s'entourer de bons amis... Un petit animal de compagnie peut aussi mettre de la joie dans nos journées. Vient un âge où ça prend si peu pour être heureux.»



Denis Monette sera au Salon du livre de Montréal, qui se tiendra du 18 au 23 novembre, pour présenter son livre *Ensemble pour toujours* et s'entretenir avec ses lecteurs. Toujours aussi prolifique, il rédige actuellement son prochain roman, qui sera publié à l'automne 2016.

LE BONHEUR ça s'apprend

«On doit se permettre de vivre
le deuil à sa façon, au rythme
qui est le nôtre, peu importe
le regard des autres.»

4 CONSEILS POUR TRAVERSER UN DEUIL

DIRECTRICE DE LA MAISON MONBOURQUETTE, QUI A POUR MISSION
D'ACCOMPAGNER LES GENS DANS LEUR DEUIL, SOPHIE CHARTRAND DONNE ICI
QUELQUES CONSEILS POUR MIEUX TRAVERSER CETTE PÉRIODE DE VIE DÉLICATE.

1 RESPECTER SON RYTHME

Au moment de vivre un deuil, on peut avoir tendance à sauter des étapes, à se dépêcher, à souhaiter tourner la page trop rapidement. Il ne sert à rien de brusquer les choses. La pression sociale peut nous inciter à passer rapidement à autre chose. On est mal à l'aise avec la détresse, la souffrance. On doit se permettre de vivre le deuil à sa façon, au rythme qui est le nôtre, peu importe le regard des autres. Même si notre conjoint ou nos enfants nous disent qu'après six mois, il est temps de

tourner la page, il importe de respecter ce qu'on ressent.

2 NE PAS S'ISOLER

Il est préférable de ne pas s'isoler, de trouver des personnes sur lesquelles on pourra s'appuyer. On s'entoure de gens qui nous apporteront du réconfort.

3 EN PARLER

Le processus de deuil exige qu'on puisse parler, échanger, recevoir de l'écoute. On doit pouvoir parler de ce qu'on ressent, verbaliser nos états d'âme, nommer nos besoins. L'entourage est parfois maladroit face



à la souffrance, et il ne sait pas toujours quoi dire ou comment agir. C'est souvent difficile de voir souffrir quelqu'un qu'on aime.

L'entourage essaie parfois de taire la souffrance en proposant des fuites qui peuvent momentanément changer les idées. L'endeuillé a la responsabilité de manifester ses besoins, par exemple, celui d'être écouté. On vit son deuil en le racontant. En parler est un véritable besoin. On doit pouvoir raconter notre histoire à un être humain qui nous écoute.

4 ACCEPTER QUE NOS BESOINS CHANGENT

Durant la période de deuil, les besoins changent d'une journée à l'autre ou d'un moment à l'autre: ce sont les montagnes russes. Le matin, on se sent bien, puis, le soir venu, l'être cher nous manque. Tout cela nous permet de réaliser que l'autre est réellement décédé. On peut avoir besoin de silence à certains moments et à d'autres, ressentir le besoin de verbaliser ce qu'on éprouve. On peut souhaiter regarder des photos pour se rappeler de bons souvenirs, ou encore aller au théâtre pour se changer les idées. Quel que soit notre état d'âme, il importe de le respecter. ■

Le saviez-vous?

Vivre un deuil implique qu'on vit un état dépressif qui est sain. Il n'est pas nécessaire de l'étiqueter comme une pathologie. Il y a une différence entre une dépression et un moment dépressif.



Des émotions légitimes

Lorsque le deuil survient, les émotions se bousculent: il y a le choc, un sentiment d'irréalité, la peine... Des émotions de toutes sortes cohabitent à l'intérieur de nous. Parfois, on peut ressentir de la colère et refuser la situation. À d'autres moments, on peut être en colère contre le défunt ou les circonstances du décès. On peut aussi ressentir énormément de culpabilité et se dire qu'on aurait dû dire ceci ou faire cela. Il y a l'absence, le vide, le manque... Après avoir passé plusieurs mois ou plusieurs années à accompagner une personne malade, on peut éprouver un certain soulagement à la voir partir et, du même souffle, ressentir un sentiment de culpabilité, comme si on trahissait le défunt. Pourquoi ne pas accueillir notre humanité? Car, après tout, toutes nos émotions sont légitimes.



Combien de temps un deuil dure-t-il?

Un deuil est une longue période à traverser. Cela peut durer plusieurs mois et même plusieurs années. Toutefois, la souffrance n'est pas ressentie durant tout ce temps. La première année est particulièrement difficile: il faut vivre toutes les premières fois sans l'autre (les anniversaires, les fêtes, etc.), être submergé par les souvenirs qui nous replongent dans le vide et l'absence. Il faut prendre son temps.

La Maison Mombourquette a pour mission d'aider les gens qui vivent un deuil à la suite du décès d'un être cher. Elle offre de l'accompagnement à court terme, de façon individuelle ou en groupe, de même que du soutien aux personnes endeuillées. Elle offre également différents services gratuits, tels qu'une ligne d'écoute ouverte de 10 h à 22 h en semaine et de 10 h à 14 h les fins de semaine. L'organisme offre aussi des services de musicothérapie, d'art-thérapie ainsi que des services adaptés pour les enfants et les adolescents en deuil. Pour de l'information, visiter www.maisonmombourquette.com.



FONDATION

Jean-Monbourquette

ÉCOUTE ET SOUTIEN AUX ENDEUILLÉS

6^{ème} OMNIUM DE GOLF 2015

MEMBRE D' Imagine  Canada



Le tournoi de golf au profit de la Fondation Jean-Monbourquette a permis d'amasser 290 600 \$

« Grâce aux efforts des membres du comité du golf, cet argent permettra à la maison Monbourquette de continuer à donner gratuitement les nombreux services d'écoute et de soutien aux endeuillés » de déclarer monsieur Claude Paquin, président d'honneur de la 6^e édition de l'Omniium de golf au profit de la Fondation Jean-Monbourquette.

Cette année, la générosité de nos nombreux partenaires, commanditaires, participants, bénévoles et fournisseurs a permis d'amasser un montant de 290 600 \$ pour la maison Monbourquette.



De gauche à droite on reconnaît **madame Sophie Chartrand**, directrice de la maison Monbourquette, **monsieur Denis Bergeron**, Planificateur financier, Groupe Investors, **monsieur Claude Gagnon**, Président et éditeur, Le Soleil et Président-directeur général, Groupe Capitales Médias, **monsieur Claude Paquin**, Président d'honneur et Président Services financiers Groupe Investors, Québec, madame **Lisette Jean**, Fondatrice et Présidente du Conseil d'administration de la maison Monbourquette, **Me Martin Cauchon**, Président, Groupe Capitales Médias et monsieur **Gérard Veilleux**, Président du Conseil d'administration de la Fondation Jean-Monbourquette.

MERCI aux nombreux partenaires, commanditaires, participants, bénévoles et fournisseurs.

Great-West
COMPAGNIE G.W. D'ASSURANCE VIE



Canada-Vie

LA PRESSE +



DS

WELCH  BUSSETIÈRES

Blakes
AVOCATS



BANQUE NATIONALE

London Life



DES VINS GÉNÉREUX SAQ

Groupe Investors
des gens de cœur



1910
Country Club Montréal
100 ANS D'EXCELLENCE

DENTONS

lavery
DROIT • AFFAIRES

GRUPE
CAPITALES MEDIAS

Amazone communications

| Folie Design

| Le petit chocolatier

fondationjeanmonbourquette.org

DROITS DES FEMMES EN INDE

Égoportraits pour l'égalité

JUDITH LACHAPELLE

Des centaines de pères fiers de leur fille ont pris la pose ces derniers jours en Inde, à l'invitation de leur premier ministre. L'opération, tantôt saluée pour sa promotion de l'égalité des sexes, tantôt critiquée pour son opportunisme politique, est vite devenue virale sur les réseaux sociaux.

#SelfieWithDaughter, le mot-clic – qu'on pourrait traduire par « Égoportrait avec ma fille » – a contaminé l'Inde à la fin juin à la suite d'un appel lancé par le premier ministre Narendra Modi. L'homme invitait ainsi les pères indiens à diffuser une photo d'eux et de leur fille dans le cadre d'une campagne nationale pour promouvoir l'éducation des femmes.

L'initiative était inspirée d'un concours tenu à la mi-juin dans l'État de Haryana, dans le nord de l'Inde: le village de Bibipur a fait tirer un prix parmi les pères qui ont fait parvenir un égoportrait d'eux et de leur fille. « Quand nous visitons les maisons des gens, nous remarquons qu'ils affichent moins de photos de leurs filles », a expliqué à *l'Indian Express* Sunil Jaglan, du village de Bibipur. L'Haryana est l'un des cinq États indiens où le ratio hommes/femmes est le



Meri annya #SelfieWithDaughter




@anandbempatel Sir #SelfieWithDaughter on her 1st day to school!!!



Harsh Dave Had great time with daughter. Me & my princess. Self time @anandbempatel #betibachabobeipachhao #SelfieWithDaughter



Hemant Naha I smile the most when I see you smiling - Tashi Thank you for making my life full of joy. #SelfieWithDaughter



Harsh Dave Had great time with daughter. Me & my princess. Self time @anandbempatel #betibachabobeipachhao #SelfieWithDaughter



Harsh Dave Had great time with daughter. Me & my princess. Self time @anandbempatel #betibachabobeipachhao #SelfieWithDaughter

IMAGES TIRÉES DE TWITTER

Un concours en Inde encourage les hommes à prendre une photo d'eux-mêmes avec leur fille, et à la publier sur les réseaux sociaux.

plus grand. En 2014, 871 filles sont nées pour 1000 garçons.

« Tout ce qui peut être fait pour promouvoir les droits des femmes en Inde est une bonne chose, même si ce genre d'initiatives n'est pas

suffisant pour engendrer des changements à long terme », commente la professeure de l'Université d'Ottawa Carol Vlassoff, auteure d'un livre sur l'inégalité des sexes dans les régions rurales de l'Inde.

Nigeria

Le nouveau président sous la pression de Boko Haram

AGENCE FRANCE-PRESSE

LAGOS — Un demi-millier de morts depuis fin mai, des attaques quasi quotidiennes depuis une semaine, encore 49 tués dimanche: Boko Haram met sous pression le nouveau président nigérian Muhammadu Buhari, qui s'est engagé à « éradiquer le terrorisme le plus rapidement possible ».

Le carnage de dimanche à Jos, dans le centre du Nigeria, porte à au moins 260 le nombre de tués dans des assauts islamistes, des explosions et des attentats-suicide en une semaine, selon un décompte de l'AFP, et à au moins 520 depuis l'entrée en fonction de M. Buhari le 29 mai.

Vainqueur de la présidentielle face au sortant Goodluck Jonathan en mars, l'ex-général Muhammadu Buhari, déjà au pouvoir entre 1983 et 1985 à l'époque des dictatures militaires, a fait de la lutte contre Boko Haram une priorité.

Une opération militaire régionale déclenchée en février par le Nigeria et des pays voisins, Tchad en tête, a permis de reprendre la quasi-totalité des localités du Nord-Est contrôlées par les islamistes.

Mais les dernières tueries montrent l'incapacité des militaires à prévenir les violences et la persistance de la présence des islamistes, et de leur capacité de nuisance, selon les observateurs.

Tactiques de guérilla

Dimanche, deux explosions ont eu lieu à quelques minutes d'intervalle, d'abord dans un centre commercial, puis devant une mosquée de Jos, la capitale de l'État de Plateau (centre), situé en plein sur la frontière entre le Sud nigérian majoritairement chrétien et le Nord musulman et en proie à de profondes divisions religieuses.

Le président Buhari s'est engagé dimanche à en finir avec l'insurrection armée de Boko Haram, estimant que « les terroristes qui s'attaquent à nos lieux de culte ont délibérément déclaré la guerre à nos valeurs et doivent être combattus avec toute notre force et notre détermination ».

Après avoir conquis de vastes pans du Nord-Est nigérian l'an dernier, les insurgés, repoussés des villes et villages qu'ils avaient conquis, ont désormais recours à des tactiques de guérilla, essentiellement contre des cibles civiles.



FONDATION

Jean-Monbourquette

ÉCOUTE ET SOUTIEN AUX ENDEUILLÉS

6^{ème} OMNIUM DE GOLF 2015

MEMBRE D' Imagine



Le tournoi de golf au profit de la Fondation Jean-Monbourquette a permis d'amasser 290 600 \$

Cette année, la générosité des partenaires, commanditaires, participants, bénévoles et fournisseurs lors du tournoi de golf de la Fondation Jean-Monbourquette a permis d'amasser un montant de 290 600 \$ pour la maison Monbourquette.

« Grâce aux efforts des membres du comité du golf, l'argent amassé cette année permettra à la maison Monbourquette de continuer à offrir gratuitement de nombreux services d'écoute et de soutien aux endeuillés », a déclaré M. Claude Paquin, président d'honneur de la 6^e édition de l'Omniium de golf au profit de la Fondation Jean-Monbourquette.

La maison Monbourquette, fondée en 2004, a été nommée ainsi pour rendre hommage au travail de feu Jean Monbourquette, o.m.i., psychologue, auteur prolifique et pionnier dans le domaine du suivi du deuil. La maison Monbourquette est reconnue par l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal.

Depuis son ouverture, la maison Monbourquette a réalisé plus de 20 000 interventions auprès de personnes endeuillées.



De gauche à droite, on reconnaît **madame Sophie Chartrand** directrice de la maison Monbourquette, **monsieur Claude Paquin**, Président d'honneur et Président Services financiers Groupe Investors, Québec, **madame Lisette Jean**, Fondatrice et Présidente du Conseil d'administration de la maison Monbourquette et monsieur **Gérard Veilleux**, Président du Conseil d'administration de la Fondation Jean-Monbourquette.

MERCI aux nombreux partenaires, commanditaires, participants, bénévoles et fournisseurs.

Great-West

COMPAGNIE C-77 D'ASSURANCE-VIE



Canada-Vie

London Life



LA PRESSE+



BANQUE NATIONALE



DES VINS GÉNÉREUX SAC



Groupe Investors

Country Club Montréal
100 ANS D'EXCELLENCE

WELCH BUSSIERES



Blakes



DENTONS



lavery



Amazone communications | Folie Design | Le petit chocolatier

fondationjeanmonbourquette.org



Garnotte
Caricature
du jour



S'ABONNER
au Devoir

Connectez-vous ▼

[OPINION](#) [CAHIERS SPÉCIAUX](#) [PHOTOS](#) [JEUX](#) [SERVICES ET ANNONCES](#) [BOUTIQUE](#) [MON ABONNEMENT](#) [M'ABONNER](#)

Politique **Société** **Économie** **Environnement** **International** **Culture** **Plaisirs** **Sports**

Actualités en société [Consommation](#) [Éducation](#) [Éthique et religion](#) [Justice](#) [Le Devoir de philo](#) [Médias](#) **Santé**
[Science et technologie](#)

[Accueil](#) > [Société](#) > [Santé](#) > **Se préparer aux fêtes afin d'en sortir grand**



Imprimer



Commentaires



Envoyer



Droits

Taille du texte



Se préparer aux fêtes afin d'en sortir grand

Après un coup dur, les lignes d'écoute peuvent être un moyen efficace pour mieux passer le temps des fêtes

12 décembre 2015 | [Martine Letarte](#) - *Collaboratrice* | [Santé](#)

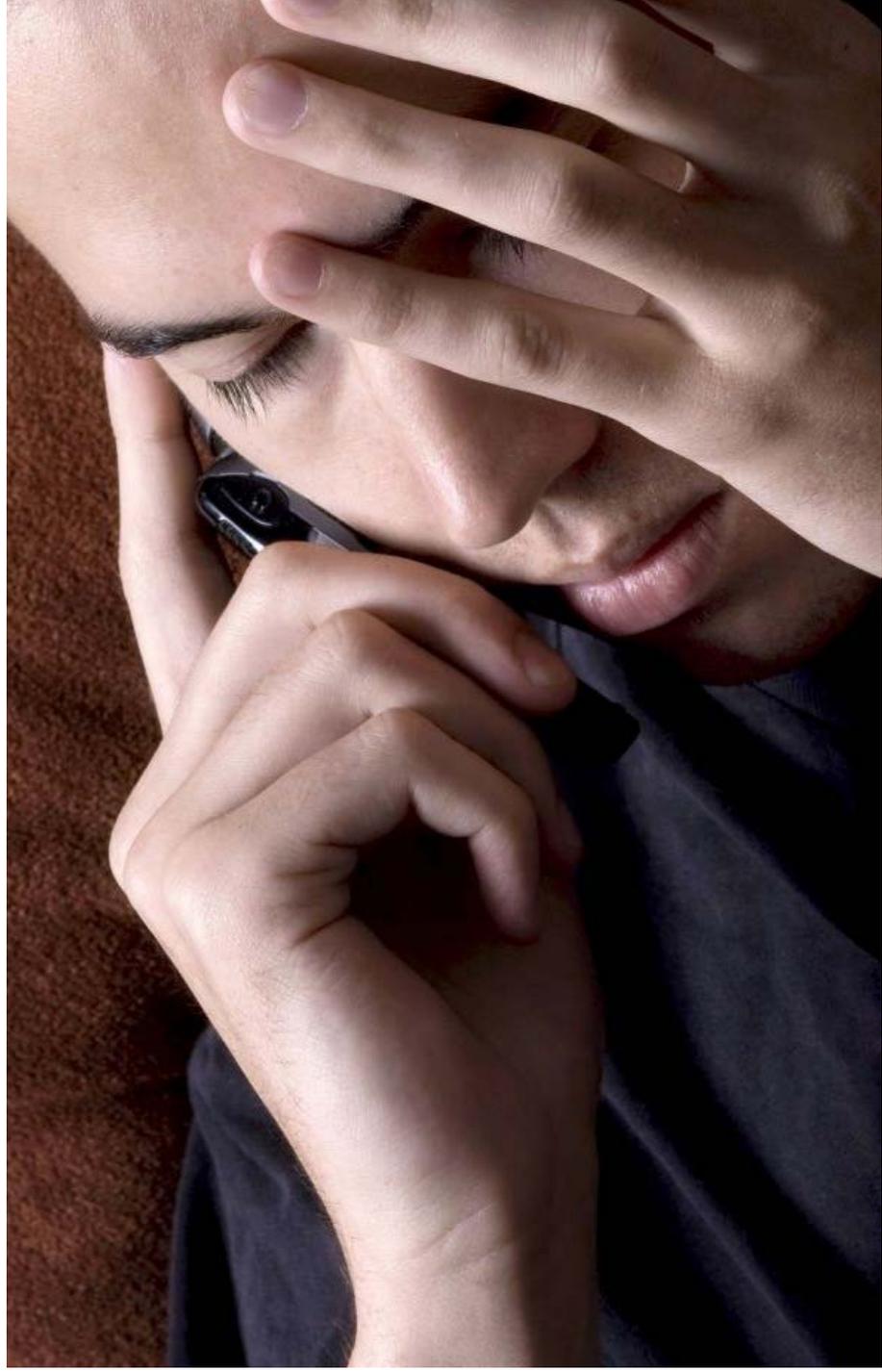


Photo: IStock JilivHP

L'important est de communiquer ses besoins à ses proches, selon la directrice de la Maison Monbourquette, Sophie Chartrand.

Ce texte fait partie d'un cahier spécial.

Le temps des fêtes n'est pas que réjouissances. Deuil d'un être cher, chicane de famille, séparation, sortie de cure de désintoxication : plusieurs épreuves vécues durant l'année peuvent venir teinter les soirées de Noël et du jour de l'An. Les lignes d'écoute observent d'ailleurs une augmentation des appels en décembre. Il y a des moyens à prendre afin de traverser cette période mieux que prévu. En voici quelques-uns.

Émilie Beauchesne a perdu son père il y a quelques années. Elle était très proche de lui. Chaque année, elle se rendait à la maison familiale pour faire le sapin de Noël avec lui. Il s'occupait des lumières, elle, des boules. Elle allait cuisiner avec lui et ses soeurs en prévision du réveillon. Une foule de petits deuils à faire. Le premier temps des fêtes vécu sans lui a été un moment très difficile, d'autant plus qu'elle se sentait responsable de sa mère. Elle ne voulait pas la laisser seule pendant la période des fêtes. Elle ne l'a pas lâchée d'une semelle. Elle a sacrifié sa traditionnelle soirée du 31 décembre avec ses amis pour la passer avec sa mère.

« *Les fêtes ne sont jamais une période facile lorsqu'on a perdu un proche, témoigne-t-elle. On pense à lui inmanquablement, mais la première année a été particulièrement difficile.* »

« *On observe une grande vulnérabilité chez les gens endeuillés dans le temps des fêtes et beaucoup de solitude émotionnelle, même chez ceux bien entourés, parce qu'on voit alors toute la famille réunie et qu'il ne manque souvent que cet être cher* », affirme Sophie Chartrand, directrice de la Maison Monbourquette qui offre différents services pour les gens endeuillés, dont une ligne d'écoute.

Solitude et chicane de famille

Sans qu'on ait nécessairement vécu un grand drame, la solitude frappe aussi durement bien des

gens durant la période des fêtes.

Chez Tel-Aide, par exemple, la solitude est un enjeu qui revient fréquemment à longueur d'année dans les appels, mais le 24 décembre, l'an dernier, ce type d'appels a connu une augmentation de 50 %.

« Certaines de ces personnes ont des problèmes de santé mentale et se sont isolées, explique Marcel, bénévole depuis 10 ans et responsable de la formation. D'autres personnes ont vu le vide se faire autour d'elles pour différentes raisons. Nous sommes souvent les seuls avec qui elles jasant dans la journée. Nous ne réglons rien, nous ne donnons pas de conseils, mais nous ne jugeons pas, nous avons une écoute active et empathique, ce qui est déjà beaucoup. »

Les appels chez Tel-Aide pendant le temps des fêtes sont aussi souvent liés aux conflits dans la famille. « Plusieurs personnes voient leur famille uniquement à cette période de l'année », précise Marcel.

La période des fêtes est aussi un moment où Tel-Aide reçoit plus d'appels qu'à l'accoutumée.

« Lorsqu'on a suffisamment de bénévoles pour assurer une présence tous les jours, les soirs et les nuits, ce qui n'est pas le cas actuellement, on a 15 % de plus d'appels en moyenne au mois de décembre », indique Marcel.

Se questionner sur ses besoins

Après un moment difficile, il est possible de ne pas avoir le cœur à la fête. On peut craindre de détonner parmi les autres en cette période de réjouissances. Ou, au contraire, on peut avoir envie de sortir, de voir des proches.

« Chacun est différent et il faut essayer de trouver un équilibre entre mettre un masque de bonne humeur pendant tout le temps des fêtes et s'isoler complètement », explique Sophie Chartrand.

Prendre le temps de réfléchir à ses besoins et à ses limites est un élément crucial. Vous recevez toujours toute la famille pour le réveillon ? C'est possible qu'en cette période plus difficile, vous n'en ayez pas envie. Ou que les décorations vivent un régime minceur cette année. Ou encore, que vous ayez envie de voyager pendant le temps des fêtes.

« L'important, c'est de communiquer vos besoins à vos proches, parce qu'ils ne peuvent pas les deviner, indique Sophie Chartrand. Il se peut par exemple que vous ayez envie de participer à un party de famille, mais que vous craigniez de ne pas être suffisamment en forme. Vous pouvez seulement avertir votre hôte qu'il est possible que vous vous décommandiez à la dernière minute, ou que vous partiez plus tôt que prévu en lui expliquant comment vous vous sentez. Ainsi, vous ne risquerez pas de créer de surprise. »

Le choix des personnes avec qui vivre ces moments est aussi capital.

« Dans la société actuelle, il faut toujours rapidement passer à autre chose, tourner la page, être productif et performant, remarque Sophie Chartrand. Il y a comme un déni de la souffrance. Mais certaines épreuves demandent du temps afin d'être surmontées. Il faut alors s'entourer de gens capables de nous accueillir dans cet état d'âme. Sinon, on risque de se faire brusquer, voire blesser. »

Oser parler de l'éléphant dans la pièce

Après une épreuve, on peut se demander s'il est préférable d'en parler ou pas lors de réceptions.

Encore une fois, chacun est différent. Lors d'un deuil, d'ailleurs, c'est souvent toute la famille qui souffre et il faut prendre en compte les besoins de chacun.

« Une personne endeuillée peut avoir besoin qu'on honore le défunt dans la soirée, explique Sophie Chartrand. Cela peut-être en faisant un toast, en allumant une bougie près d'une photo de la personne, ou en préparant son plat préféré. Parfois, ce moment permet ensuite de passer à autre chose. Certaines personnes endeuillées ont l'impression de trahir le défunt en festoyant. Mais il faut aussi se donner le droit de rire, d'avoir du plaisir. C'est un pas dans le deuil, un pas dans la vie. »

D'autres ont besoin de s'accorder un moment seul avant de voir des gens, pour faire le point sur les derniers mois, pour se recueillir, pour faire un geste significatif.

« Ça peut alléger la suite des choses, remarque Mme Chartrand. Puis je constate que bien des gens ont des appréhensions quant au temps des fêtes, mais que finalement cela se passe souvent mieux qu'anticipé lorsqu'ils s'y sont préparés. »

En cas de besoin

Tel-Aide : 514 935-1105, en français et en anglais
Maison Monbourquette : 1-888-LE DEUIL (533-3845)

Pour trouver un centre d'écoute dans votre région : <http://www.acetdq.org/centres-ecoute>

 Sauvegarder sur Facebook

 Partager 357

 Tweeter



 0

 HAUT

 Voter 0 vote

 **Veillez prendre note que ce texte n'est pas ouvert aux commentaires.**

Sur le même sujet

Pas facile de bien manger quand on est marginalisé

12 décembre 2015 | Pierre Vallée

De la visite pour briser l'isolement

12 décembre 2015 | Héène Roulot-Ganzmann

Le bel exemple de l'accueil des réfugiés

12 décembre 2015 | Claude Lafleur

CARBONEUTRALITÉ

L'Université Laval montre la voie



LES BIENFAITS DE LA MUSICOTHÉRAPIE POUR LES ENDEUILLÉS

La musique nous accompagne tout au long de notre vie et est, depuis la nuit des temps, utilisée efficacement dans les rituels. Ayant une grande valeur dans toutes les sociétés humaines, elle nous influence en dépit de nos mécanismes de défense. La musique parle de tout ce qui touche l'être humain, et est en lien étroit avec la vie depuis que l'humanité existe. De par sa nature vibratoire, la musique évoque beauté, plaisir et bien-être.

La musicothérapie, en tant qu'art et science, agit sur les plans physiologique, psychologique, social et spirituel de l'individu. En effet, la musicothérapie améliore le bien-être physique et psychique des endeuillés, accroît les ressources intérieures, réduit l'anxiété, libère les tensions, favorise l'accès aux émotions et améliore la communication.

Parce que la musique atteint les gens au cœur d'eux-mêmes et qu'elle est particulièrement efficace pour sortir les personnes de leur isolement à la suite d'un deuil, les techniques d'intervention en musicothérapie sont choisies selon les besoins de chacun. Pour y arriver, la musicothérapie utilise tous les éléments de la musique : la résonance, le rythme, la mélodie, l'harmonie et le silence. En musicothérapie active, nous utiliserons l'improvisation instrumentale et vocale « toning », le chant, la composition de chansons, l'exécution de mouvements rythmiques au son de la musique. En musicothérapie réceptive, des musiques choisies seront proposées à l'endeuillé afin de stimuler son énergie créative et d'aider à l'émergence des émotions oubliées ou enfouies.

Ces émotions seront utilisées pour enrichir la démarche musicothérapeutique.

Compte tenu du pouvoir infini de la musique, une démarche en musicothérapie doit être prise au sérieux. Seul un professionnel dûment accrédité (MTA) auprès de l'Association de musicothérapie du Canada peut dispenser ce genre de service, en séances individuelles et en séances de groupe. Au Québec, la formation se donne uniquement à l'Université Concordia au niveau du 2^e cycle. En plus d'être des musiciens chevronnés, les musicothérapeutes accrédités (MTA) se doivent de posséder une formation universitaire en psychologie.

Puisque la musique apaise l'âme, les séances de musicothérapie peuvent s'avérer utiles et aidantes pour les personnes qui ont perdu un être cher et qui ont à traverser cette épreuve douloureuse, souvent parsemée de remises en question. Devant une personne endeuillée, il importe de lui faire confiance, car celle-ci possède déjà tout ce qu'il faut pour se guérir. Il suffit d'avoir une « bonne oreille », d'écouter la personne en deuil avec empathie et de la respecter dans l'évolution de la résolution de son deuil. Pour ceux et celles qui aimeraient bénéficier de séances de musicothérapie, nul besoin de notions musicales, l'être tout entier vibrant à l'écoute de son ressenti se charge de se transformer en musique. L'expression de soi est ainsi facilitée par son propre chant intérieur.

POUR LES PERSONNES *endeuillées* SUITE À UNE MORT TRAUMATIQUE

L'homme n'est pas immortel. Et bien que spectaculaires, les progrès de la science n'y ont rien changé. La mort demeure inéluctable. L'événement n'est pas banal pour autant, loin de là. Le sens qu'on y donne a cependant évolué dans le temps, et la façon dont on vit la perte d'une personne chère dépend de multiples variables, dont les circonstances qui entourent cette mort. D'où l'intérêt pour la maison Monbourquette d'offrir un groupe de soutien conçu pour les personnes endeuillées à la suite d'une mort traumatique.

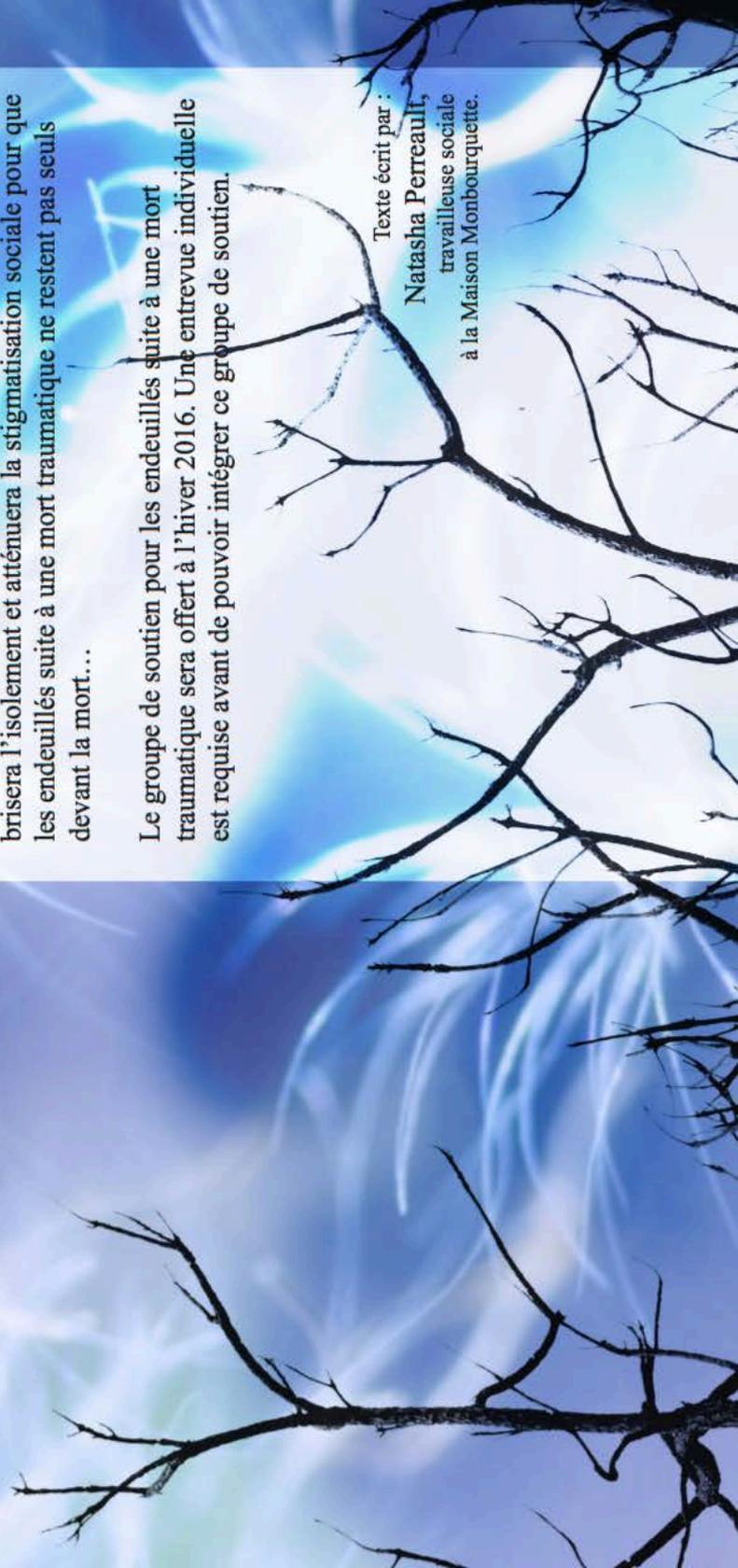
La mort traumatique, c'est la perte soudaine d'une personne chère dans des circonstances parfois horribles. C'est la mort par suicide, par homicide, par accident. C'est une mort qu'on n'attendait pas, une mort qui aurait pu être évitée, une mort qui plonge les proches dans un état de désespoir profond. La mort traumatique ne permet aucune forme de préparation. Aucun au revoir n'a été possible. L'endeuillé est dévasté par cette mort soudaine et souvent hanté par des images intrusives qui l'empêchent de fonctionner. Des sentiments d'injustice, d'incompréhension, d'indignation, de colère, de vengeance, de culpabilité et de honte peuvent l'envahir. Comment continuer à vivre après un tel drame?

Bien que chaque deuil soit unique, il existe un processus de deuil vécu par la grande majorité des personnes en deuil. Ce processus est long et souffrant, et il l'est davantage encore dans les cas de deuil suite à une mort traumatique. Bien que chaque histoire comporte ses particularités, ces types de deuils sont reconnus comme étant plus longs, plus complexes et plus intenses.

Nous souhaitons, par ce groupe de soutien, offrir un lieu sécuritaire dans lequel les endeuillés seront écoutés, accueillis dans leur souffrance, en confiance et non jugés. Nous espérons que ce service permettra l'expression de la charge émotive, brisera l'isolement et atténuera la stigmatisation sociale pour que les endeuillés suite à une mort traumatique ne restent pas seuls devant la mort...

Le groupe de soutien pour les endeuillés suite à une mort traumatique sera offert à l'hiver 2016. Une entrevue individuelle est requise avant de pouvoir intégrer ce groupe de soutien.

Texte écrit par :
Natasha Perreault,
travailleuse sociale
à la Maison Monbourquette.





Concours ♦ Horaire ♦ Infolettres ♦ Nouvelles | Connexion des membres

Je cherche...



Recettes

Maison

Famille

Couple

Santé-Beauté

Webtélé

Émissions

Accueil | Webtélé

Webtélé



Simplement vedette

Benoît Gagnon, prendre la décision de débrancher son père

Si les deuils ne se comparent pas, certains sont plus cruels que d'autres. Le comédien Bernard Fortin, dont la soeur s'est enlevé la vie, a affronté un deuil particulier. Michel Surprenant aborde la disparition de sa fille Julie. Mélanie Gagné, qui a connu son fils Mathis quelques heures seulement, parle du deuil périnatal. Ayant eu à faire cesser les manoeuvres de réanimation sur son père, Benoit Gagnon peine encore à faire son deuil.

Durée : 02:26 - Disponible jusqu'au : 31 octobre 2020

Partager

J'aime 99

Tweeter

G+ 5



Association des
Familles de
Personnes
Assassinées ou
Disparues

 | [SERVICES](#) | [CONSULTATION EN LIGNE](#)

Nathalie Viens, M. Sc.
Travailleuse sociale, formatrice – *Maison Monbourquette*

