



CENTRE  
FUNÉRAIRE  
DU GRANIT  
MOUVEMENT COOPÉRATIF

# PROFIL

Vol. 27, no 2


Le magazine des coopératives funéraires du Québec

## Dan Bigras

Celui qui borde ses morts

La souffrance est-elle toujours évitable?

Rédiger un hommage



« Nous avons discuté  
avant pour que tout se  
passe bien après. »

Que ce soit pour vous ou pour un parent proche, se préparer à la mort n'a rien de facile. C'est pourquoi nous vous accompagnons à travers toutes les étapes du deuil, en commençant par le dépôt de vos volontés funéraires, les documents de planification et les arrangements funéraires préalables. Parlons-en maintenant ensemble.

PRÉSENT  
À CHAQUE  
INSTANT



LE RÉSEAU  
DES COOPÉRATIVES  
FUNÉRAIRES

# Vies à vies

## Dan Bigras Celui qui borde ses morts

*Dan Bigras est un combattant. Sa stature, sa posture, son regard... il sait se battre et ça paraît. Ses mots en disent tout autant. Il fait ce qu'il veut dans la vie et n'a qu'une seule règle : pas de victimes. Tous les autres sous-règlements découlent de cette règle-là. Ça en dit long sur le gars. Non seulement il ne fait pas de victimes, mais Dan est passé maître dans l'art de tendre la main. Il connaît la noirceur des tréfonds et ce qu'il faut de courage et de détermination pour s'en extirper. Il sait aussi que ça prend des alliés. Et il en est tout un. Dévoué, engagé, inspirant, il a la poigne qu'il faut pour relever celui qui est tombé. Et son cœur, synchronisé, prend aussitôt le relais. Ça prend les deux pour rester debout, ça aussi il le sait. Quand on le regarde aller, on se rend vite compte que Dan Bigras n'est pas qu'un combattant. C'est un homme qui a compris qu'il faut prendre soin des vivants et ne pas les oublier lorsqu'ils passent de l'autre côté.*

Par Maryse Dubé  
mdube@fcfq.coop

### Quel a été votre premier contact avec la mort?

La première mort singulière qui m'a fortement frappé a été celle de mon petit frère Guillaume. Ce fut une mort violente – on l'a retrouvé dans un fossé – ce qui a plongé mes parents dans un profond désespoir. Mon autre frère et moi on s'en est mieux sortis. Tous les deux on a fondé une famille et on a fait des enfants. Ça change tout. Quand un petit bébé arrive, t'es obligé de dire à tes morts : *je m'excuse, je t'aime bien, je ne suis pas fâché, je ne t'oublie pas, mais là ce n'est pas le temps.* Je suis convaincu que si mon père avait vu un de ses petits-enfants avant de mourir, il aurait peut-être fait un petit bout de plus.

On pense toujours que c'est la mère qui va mourir le plus rapidement après le décès d'un enfant parce qu'elle l'a porté dans son corps. Mais statistiquement, lorsqu'il s'agit de mort violente, ce sont les pères qui meurent en premier. Mon avis personnel là-dessus c'est que les hommes ont besoin d'un responsable pour pouvoir fermer les livres. Ils sont vengeurs. Alors ils trouvent un responsable, quitte à

ce que ce soit eux-mêmes. C'est ce qui est arrivé avec mon père. Il avait trop de peine et était incapable de vivre avec lui-même. Il s'est laissé partir. Je l'ai vu dépérir et je ne pouvais rien y faire. Il s'est puni en s'infligeant une peine que je refuse qu'on inflige à d'autres êtres humains. Je suis contre la peine de mort.

### Qu'en a-t-il été de votre mère?

Ma mère a été plus combative. Mais elle avait un lupus et il s'est attaqué au lobe frontal du cerveau. Jusqu'à la fin, je m'en suis occupé. Les infirmières sont souvent débordées et j'ai fait sa toilette plusieurs fois, un peu mécaniquement, comme elle l'avait fait avec moi. Je n'ai pas été élevé avec beaucoup d'affection. Ce n'était pas un manque d'amour, c'était un manque de gestes. Elle ne les connaissait pas. Je l'ai accompagnée jusqu'à la fin, mais elle n'est pas morte dans mes bras. J'aurais voulu être là pour qu'elle ne parte pas seule, mais on l'a échappée... elle est morte entre deux rondes.



**De quelle façon avez-vous fait vos adieux à votre frère Guillaume?**

Je les fais encore. Je crois que ce n'est jamais fini, même s'il y a de grosses pages qui se tournent. Ça se fait étape par étape... Je lui ai donné un bec sur le front. C'était important pour moi de le toucher. Je le conseille à tout le monde. Mais préparez-vous, c'est « frette en chr... ». Quand on dit froid comme la mort, je ne pensais pas que ça voulait dire congelé. J'ai fait un saut. Pour le reste, c'est une

histoire que je ne dévoile pas publiquement, on vit ça en famille. Pour l'instant, je suis plus occupé à être heureux dans la vie de tous les jours et j'y parviens. J'ai été en quête de sens une grande partie de ma vie, cette période-là est de plus en plus derrière moi.

**Votre père est mort à l'âge de 57 ans, l'âge que vous avez actuellement. Vous arrive-t-il de penser à votre propre mort?**

Je ne suis pas inquiet, je ne crois pas que je vais mourir demain, car je ne suis pas du tout dans le même état que mon père. Il était très gros, malade et il voulait mourir, alors que moi je fais des arts martiaux, je suis en forme et je veux vivre. Mais le fait d'avoir le même âge qu'il avait quand il est mort ne me laisse pas indifférent. C'est un chiffre symbolique, un peu comme si j'étais en train de vivre un bout dont il aurait été privé et je veux faire ça comme il faut. D'ailleurs, mon cardiologue m'a dit une phrase qu'on ne m'avait jamais dite de toute ma vie, il m'a dit de continuer à mener une bonne vie. J'ai regardé derrière moi, je pensais qu'il parlait à quelqu'un d'autre. Moi ça? *Ben oui, tu manges bien, tu t'entraînes, tu as un bon cœur...* Il semblerait que ma santé me permette de faire encore un grand bout, ce qui est assez étonnant. Je trouve que c'est un beau coup au destin.

**Avez-vous peur de mourir?**

Non, pas du tout. Ma mort, je ne la vois même pas comme un passage vers un ailleurs, je la vois comme une fin. On m'a permis un voyage ici et je suis comme dans un manège. Je fais un grand tour. Si ça pouvait se dire dans un bon français, je voudrais qu'il soit écrit sur ma tombe que j'ai fait une belle « ride ». La vie est une aventure et à partir du moment où tu vis, tu meurs. Ça va ensemble, c'est le « deal ». Le drame c'est quand la mort arrive trop vite, dans des conditions dramatiques, ou quand c'est le résultat du malheur et de trop de dépression. Mais une mort qui vient à un âge avancé, d'une maladie qui n'est pas trop souffrante, entourée des siens, c'est une boucle parfaite. J'en parlais récemment avec mon fils lorsque notre chat est mort. Je lui ai fait prendre conscience que rien n'est éternel, que j'allais mourir aussi. C'est quand les enfants par-

tent avant leurs parents que c'est un blasphème. J'ai vécu ça de proche avec la mort de mon petit frère. Et l'histoire de mon petit frère, je la retrouve souvent ici dans le coin.

**Comment ça se passe quand on meurt dans la rue?**

Avec Le Refuge, on doit gérer ce qui vient après la mort du jeune. Et ce qu'on fait en premier c'est d'annoncer la mort aux familles. On s'y prend de la même façon que lorsqu'on apprend aux enfants la séparation de leurs parents; on leur dit que ce n'est pas de leur faute. On essaie d'expliquer qu'il y a un gros facteur de hasard, que ça aurait pu être un autre p'tit gars, qu'il n'y a pas de règles là-dedans. C'est sûr qu'ils jouent avec leur vie. Mais quand tu as l'impression que ta vie n'a pas la même valeur que celles des autres, tu en prends moins soin. Tu ne vas pas toujours te pendre, mais tu vas danser au bord du pont. Quand tu tombes à droite, tu tombes sur le pont, quand tu tombes à gauche, c'est terminé.

C'est une calamité pour les parents qui pensaient que leur jeune s'en sortirait. Et ils avaient raison d'y croire, parce que ce n'était pas écrit dans le ciel qu'il allait mourir. Les plus troublés que j'ai vus, les plus croches, sur la « dope », paranoïaques, qui ne parlent à personne, qui n'ont plus rien et qui sont à moitié morts, c'est eux autres maintenant que je croise dans la rue et qui me présentent leurs enfants.



**Quand tu as l'impression que ta vie n'a pas la même valeur que celles des autres, tu en prends moins soin. Tu ne vas pas toujours te pendre, mais tu vas danser au bord du pont.**

Évidemment, ce qui est plus difficile, c'est quand personne ne vient réclamer le corps d'un enfant mort dans le désespoir. Les Sœurs Grises nous ont passé un petit bout de terrain au Cimetière Côte-des-Neiges et il est arrivé quelques fois qu'on soit allés enterrer une urne. Ça fait partie des choses les plus dures qui me remplissent encore de tristesse et de rage. Il faut que je me cache dans ce temps-là, je ne suis pas bien. C'est les seuls moments où j'ai envie de battre quelqu'un, et je ne sais pas qui. Généralement, les parents sont aussi des gens très démunis qui n'ont pas su aimer comme il faut, parce qu'ils n'ont pas été aimés comme il faut. Il y a un jeune comme ça qui disait que personne ne l'aimait. Je ne pensais pas que c'était vrai. Ça s'est terminé par un suicide et personne n'est venu réclamer le corps. Quand j'ai regardé l'urne, je lui ai dit : « T'avais raison, personne t'aimait ». C'est la pire oraison funèbre que j'ai jamais faite à un être humain.

**Vous avez mentionné avoir eu une enfance difficile. Comment fait-on le deuil d'un parent qui nous a mal aimés ?**

Est-ce qu'on aime tous bien ? J'étais en mauvais terme avec mon père quand j'étais jeune, alors je suis parti quatre ans à Québec. À mon retour, on s'est revus un peu prudemment au début, car on se faisait peur l'un l'autre. Mais tous les deux on voulait que ça se passe bien et c'est ce qui est arrivé. Il est parti avec des secrets que je ne connaissais pas qui le rendaient un peu circonspect dans nos rapports, mais j'avais fait la paix avec lui bien avant qu'il décède. On a passé plusieurs belles années ensemble...

Il y a plusieurs côtés à une relation. Ce n'est pas si simple que ça. Tout le monde mène un combat qu'on ne connaît pas. Mes parents n'étaient ni atroces ni extraordinaires. Ils ont fait ce qu'ils ont pu et moi je fais la même chose à ma façon. Je pense que j'ai plus d'outils qu'eux, mais dans les outils que j'ai, il y a aussi ceux qu'ils m'ont laissés. Et ça, c'est précieux. Dans la vie, tu ne peux pas faire la paix sans un minimum de clarté et de vérité. Avec mon passé de guerre, c'est plus facile pour moi d'apprécier la paix.

**Ce qui est plus difficile, c'est quand personne ne vient réclamer le corps d'un enfant mort dans le désespoir. C'est les seuls moments où j'ai envie de battre quelqu'un.**

**En 2004, vous êtes allé en Bosnie pour remonter le moral des troupes. Pourriez-vous nous en parler ?**

Là on parle de choses impardonnables. On parle de massacre et de viols de petites filles bosniaques par des Serbes. Quand on a massacré ta famille et violé ta petite sœur, c'est facile d'être dépassé par les émotions. C'est comme ça qu'on perpétue des horreurs et qu'on fabrique des monstres. Pis après la guerre, ce n'est pas encore fini, parce que l'auteur de ces drames habite en face de chez vous. Tu peux bien déménager sur l'autre rue, il y en a d'autres. Il

va falloir que tu vives avec eux. Et avec toi aussi. Si tu as commis des horreurs en retour, tes chances de t'en sortir sont beaucoup plus faibles, car qui veut sauver un monstre ?

Quand j'étais en Bosnie, j'ai vu plusieurs soldats qui avaient déjà tué. Même si un soldat n'est pas censé craquer, il n'est pas au front toute la journée. Et quand il rentre au dortoir ou qu'il prend sa douche, c'est là que ça se passe. Quand tu craques pour la 18<sup>e</sup> fois, c'est du solide. Je suis resté en Bosnie trois semaines et je suis revenu de là à moitié fou. Ce sont des choses qui marquent. J'ai compris qu'on demande beaucoup trop aux soldats. Le fait de voir ce qu'ils devaient traverser m'a secoué très fort. C'est là-bas que j'ai écrit mon poème *Sarajevo*. Quand je leur ai lu, ils ont été émus. Tout ce qui est souffrant, tout ce qui est honteux, quand ça devient secret c'est très dangereux. Il faut que ça sorte. La Bosnie a été une façon pour moi de comprendre certaines choses. D'aller plus loin. D'être en contact avec la vraie vie et avec la vraie mort.

**Tout ce qui est souffrant, tout ce qui est honteux, quand ça devient secret c'est très dangereux. Il faut que ça sorte.**

**Face à l'épreuve, devez-vous lutter pour ne pas retomber dans l'alcool et les drogues ?**

Il n'y a rien qui pourrait me faire retourner là-dedans. C'est quelque chose qui m'écœure complètement maintenant. À l'époque, quand j'ai pris ma décision, j'étais très décidé. Et je le suis encore. Ma guerre n'est pas toujours mauvaise et ma colère est souvent un moteur. J'ai une bouteille de scotch pour mes chums et je n'y touche jamais. Je ne me sens pas menacé, mais je me garde quand même sous surveillance. Ce n'est pas pour rien que je ne prends pas de vin au souper. L'important est de savoir que ce que je ressens ne vient pas d'une quelconque substance, et que je lutte à armes égales avec les autres. Si un jour j'en viens au désespoir, ça ne passera pas par une rechute, c'est certain, ni par le suicide d'ailleurs.

**Après la mort de Gerry Boulet, vous avez effectué les arrangements de pièces inédites pour en faire l'album posthume « Jézabel ». Comment avez-vous vécu cette expérience ?**

Gerry a été un grand frère pour moi, il m'a sorti des bars. Il n'avait pas assez d'argent pour me produire, mais il restait avec moi comme réalisateur. On travaillait sur un projet ensemble quand il a appris qu'il avait le cancer et qu'il était foutu. Le projet est un peu tombé à l'eau parce qu'il





voulait faire des sous pour sa femme et sa fille avant de mourir. C'est ce qu'il a fait et il l'a très bien fait. Je l'ai vraiment beaucoup admiré pour ça. Quand Gilbert Langevin<sup>1</sup> a appris pour Gerry, il a écrit *Ange animal* en pensant à lui, puis il est venu me voir un soir pour me demander de faire la musique. Dans ce temps-là, je n'écrivais pas mes textes et je n'étais pas capable de faire de la musique pour des textes déjà faits. Or, je lui ai dit d'arrêter de me donner des poèmes. Le lendemain, sur mon répondeur, il m'avait laissé *Ange animal*. C'est 14 strophes ce poème-là! Il était 4 h du matin, j'étais un peu saoul, et j'en finissais plus de tout noter. J'étais énervé. Mais une fois terminé, je suis venu les yeux rouges. J'étais très ému... Ça fait que je me suis mis là-dessus. Alors que Gerry était en train de mourir chez lui, j'ai déposé l'enregistrement dans sa boîte aux lettres avec un petit mot. Après sa mort, sa femme Françoise m'a appris que Gerry écoutait *Ange animal* en partant.

Quelque temps plus tard, Françoise m'a appelé pour me dire que Gerry avait enregistré quelques chansons, mais que c'était juste piano et voix. Elle en avait parlé avec lui avant qu'il meure, et il voulait savoir si je pouvais faire un disque avec ça. La première chanson que j'ai écoutée a été *Le chant de la douleur* : « Qui te soignera, qui te

guérira ». Je me suis mis à brailler. J'ai donc accepté le mandat de réalisateur, j'ai fait les arrangements et j'ai réuni une équipe pour faire le disque. Ce n'était pas évident techniquement, car Gerry était tout seul au piano. Il ralentissait, il accélérât, et on n'avait pas les machines qu'on a maintenant pour réparer ça. L'autre côté difficile c'est que j'avais toujours peur de me planter. Comme Gerry n'était pas là pour me guider, je me suis beaucoup collé sur Françoise. Ces deux-là étaient tellement en symbiose que si je comprenais ce qu'elle me disait, je resterais proche de Gerry. Peut-être que de là où il était, il y avait des choses que je faisais qu'il aimait moins, mais il savait par contre que je m'étais vraiment beaucoup forcé. Cette expérience a été très saisissante pour moi. Ça été un peu ma façon de le border.

### **Ils sont très présents les morts dans votre vie?**

Oui, mais ils ne sont pas envahissants comme ils l'étaient avant. C'est un peu comme une peine d'amour, enlève-moi la pas, c'est à moi, j'ai vécu ce qui vient avec. Laisse-moi mon deuil, j'en ai besoin. Faut pas qu'on m'enlève mes morts, ils ne sont pas méchants. Aucun de mes morts, même dans le plus profond désespoir, n'aurait souhaité que je meure aussi. Aucun. Mon petit frère, mon père, ma mère... ils voulaient tous que je mène une belle vie. Ils m'ont guidé plus qu'autre chose, je ne vois pas pourquoi je les bannirais. Ils sont présents en moi et ils vont toujours l'être.

***Laisse-moi mon deuil, j'en ai besoin. Faut pas qu'on m'enlève mes morts, ils ne sont pas méchants. Ils m'ont guidé plus qu'autre chose.***



<sup>1</sup> Gilbert Langevin, 27 avril 1938 – 18 octobre 1995. Poète québécois, auteur d'une trentaine de recueils et parolier pour Offenbach, Dan Bigras, et plusieurs autres.



## Préparez votre maison pour l'hiver

La saison froide apporte son lot de risques pour votre habitation. Voici quelques conseils pratiques pour éviter bien des ennuis :

- > Nettoyez les gouttières afin de vous assurer que la pluie ou la neige qui fond s'égoutte de façon adéquate.
- > Pensez à faire ramoner la cheminée.
- > Examinez votre toiture pour vous assurer qu'elle ne nécessite pas de réparation.
- > Vérifiez le coupe-froid des portes dont l'état peut s'être détérioré avec le temps.

Quand l'hiver aura mis son manteau blanc, songez à :

- > Vérifier l'accumulation de neige sur la toiture, car un poids trop grand pourrait l'endommager.
- > Vérifier également qu'il n'y a pas une trop grande accumulation de neige près de votre habitation, car la fonte au printemps pourrait générer beaucoup d'eau.

**Pour discuter de vos besoins d'assurance habitation avec un représentant de Co-operators, composez le 1-800-387-1963.**

**La plus humaine des assurances**



# La souffrance est-elle toujours évitable?

Voilà plus de trente ans que je pratique la médecine, métier que je continue d'adorer. Il y a dans ce travail tellement de moments intenses qui ont le formidable pouvoir de nous transformer mutuellement. Le patient ou les membres de son entourage rencontrent un médecin. Ce que celui-ci dit ou fait a souvent le pouvoir de modifier en profondeur la vie des personnes rencontrées. Cependant, peu de gens savent que la vie du médecin est aussi bouleversée par les échanges qu'il a avec ses patients.

Dans le contexte d'une maladie incurable pouvant conduire au décès, le médecin doit accepter qu'il ne puisse pas guérir son patient. Certains médecins n'arrivent jamais à accepter leur impuissance contre la maladie et la mort et ils se réfugient alors dans une attitude technique qui évacue la souffrance vécue par le patient et les proches, comme si cette souffrance n'existait tout simplement pas. Cette posture du médecin occasionne en elle-même chez les patients un surcroît de souffrance qui, dans certains cas, est d'une intensité au moins égale à la souffrance occasionnée par la maladie.

***Peu de gens savent que la vie du médecin est aussi bouleversée par les échanges qu'il a avec ses patients.***

## ***Les sources de la souffrance***

Les sources de la souffrance sont multiples et elles sont reliées entre elles comme les fils d'un tricot. C'est pourquoi, lorsqu'on agit sur une source particulière de souffrance, on pourra modifier l'expérience globale de la souffrance que vit une personne. Par exemple, un cancer dans les os provoque souvent de la douleur chez les personnes qui en sont affectées. On comprendra facilement que cette douleur peut se traduire par une intense souffrance surtout si, par exemple, elle est accompagnée d'une anxiété pouvant être reliée à la non-disponibilité de services médicaux ou infirmiers ou à des conflits familiaux non résolus.



Les facteurs psychologiques ou sociaux sont souvent sous-estimés lors de la prise en charge de patients souffrants alors qu'ils expliquent bien souvent une bonne partie des symptômes. Il est plus facile de prescrire une pilule que de

prendre le temps d'écouter une personne malade. Lorsqu'on a écouté pleinement une personne aux prises avec une maladie grave, on est forcé de prendre acte de ce qui a été dit, quitte à changer ses actions. Cela peut parfois déranger l'ordre établi.

Beaucoup de choses ont été écrites au sujet de la douleur et il est réconfortant de savoir que la vaste majorité des douleurs physiques peuvent être efficacement soulagées par les médicaments disponibles. Ce constat est cependant assez pénible à faire quand on réalise qu'actuellement au Québec vivent des personnes non soulagées de leur douleur parce que leur médecin ou leur infirmière n'ont pas les compétences pour le faire. En effet, la plupart des milliers de soignants qui s'occupent de nous n'ont jamais reçu la formation nécessaire pour nous soulager lorsque nous serons aux prises avec des douleurs et autres symptômes de la fin de vie. Cela explique sans doute pourquoi nombre de nos concitoyens contemplant avec effroi leur avenir lorsqu'ils envisagent la fin de leur vie.

## ***La nature de la souffrance***

Les recherches que j'ai effectuées au CHUM depuis plus de vingt ans nous ont beaucoup appris sur la nature de la souffrance vécue par les gens confrontés à une maladie mortelle. Trois dimensions fondamentales de l'expérience de souffrance nous sont restées. Essayons ici de mieux les comprendre.

Premièrement, souffrir, quelle qu'en soit la cause, c'est d'abord être violenté. La vie humaine est inévitablement traversée par la souffrance. Qui n'a jamais eu de chagrin d'amour, qui n'a jamais vécu de difficulté dans son emploi, qui n'a jamais subi d'accident? Tous ont partagé cette universelle dimension de la violence qui est intimement liée à la souffrance. Les gens témoigneront que cela a été un « coup de masse ou un coup de poing dans la face », d'autres parleront « d'une bombe » ayant explosé dans la vie. Curieusement, il n'y a pas de grosse différence entre la personne qui se fait communiquer la récurrence d'un cancer ou celle à qui on annonce qu'on la quitte. Dans les deux cas, il y a une extraordinaire violence qui est infligée au souffrant. La souffrance et le désespoir réagissent de la même façon, peu importe leur source.

La seconde dimension de la souffrance résulte d'un phénomène paradoxal : la personne qui souffre est submergée en même temps qu'elle est privée. La maladie, les traitements et





tout ce que cette nouvelle réalité impose aux personnes qui en sont affligées créent un effet de débordement. Les digues qui maintiennent ordinairement notre vie en place sautent et l'inondation survient. Cet effet de submersion s'accompagne de la désagréable impression que l'on a perdu tout contrôle dans sa vie. Cette perte de contrôle n'est pas la seule perte qui caractérise cette seconde dimension de la souffrance. La personne qui souffre d'une maladie sans espoir de guérison doit assumer beaucoup d'autres pertes. Au premier chef, elle est privée d'un avenir que la maladie lui enlève. Lorsque nous nous levons le matin, nous pensons tous en effet que nous sommes immortels, c'est-à-dire que notre vie ne se finira pas. L'annonce d'une maladie grave à pronostic réservé retire cette illusion et nous devons alors nous y adapter. Parmi toutes les pertes auxquelles les personnes souffrantes sont confrontées existe enfin la perte de son apparence physique d'antan. La maladie et ses traitements imposent des changements dans l'apparence que plusieurs ont de la difficulté à accepter. Une participante à nos recherches expliquait cela en disant : *Je me regarde et je ne me reconnais pas... J'ai un corps que j'ai honte aujourd'hui de montrer.* La personne ainsi malmenée par la maladie est ébranlée par la violence de l'agression, elle est dépourvue dans les manques qu'elle ressent, en même temps qu'elle est dépassée. Elle se trouve donc dans un état de vulnérabilité inédite dans lequel elle se sent d'une fragilité extrême et dans un état de menace perpétuelle.

La troisième et dernière dimension de la souffrance est peut-être la plus importante. Elle concerne l'appréhension. La personne qui souffre a fondamentalement peur, elle craint tout ce qui peut lui arriver. Elle fabrique des scénarios de catastrophes qui sont toutes aussi terribles les unes que les autres. Cette dernière dimension n'a pas besoin que la souffrance soit présente pour exister. La souffrance anticipée est aussi crainte que la souffrance réelle et elle peut même prendre sa place. C'est pourquoi des personnes n'éprouvant pas de douleur ni d'autres symptômes vont affirmer qu'elles souffrent de façon intolérable de tout ce qui pourrait leur advenir un jour. La peur s'est installée dans leur existence et elle paralyse tout l'avenir. En s'installant, la peur verrouille le présent de la personne et elle l'empêche de goûter à toutes les joies que la vie peut encore lui offrir. Cette inquiétude perpétuelle constitue l'expérience fondamentale de la vulnérabilité. Elle place l'individu qui en est affecté dans une position de victime qui subit et qui est à la merci du destin. Les sujets décrivent cette dimension de la souffrance en parlant « d'un enfer sur terre ». Quand une personne est réduite à vivre dans une continuelle anticipation craintive de l'avenir, la souffrance s'installe dans la durée en fermant l'horizon de celui qui y est soumis.

### **L'accroissement de la souffrance**

Si la souffrance provient de la maladie, elle peut provenir aussi hélas de la façon dont les soins sont donnés. Ce constat peut paraître étrange, car on s'entend pour dire que le recours aux soins devrait être synonyme de soulagement plutôt que de provocation de la souffrance. Par exemple, la façon d'annoncer un diagnostic ou une récurrence peut être brutale et être ressentie par la personne malade et son entourage comme une violence surajoutée. Aussi, les choix par rapport aux traitements ne sont pas toujours faits en prenant soin de la personne dans son ensemble. Il est clair que les traitements proposés visent

à ralentir la progression de la maladie, mais dans certains cas cet objectif louable s'accompagne de conséquences qui surchargent inutilement le malade et ses proches. On pourrait dire alors que l'avantage de survie est modeste et qu'il s'associe à des effets secondaires qui entament sérieusement la qualité de vie. Certains patients, s'ils comprenaient bien toutes les conséquences des traitements, choisiraient sans doute une approche palliative stricte où le contrôle des symptômes prime sur toute autre considération.

Enfin, il n'est pas toujours bon de connaître tout ce qui peut se passer. En effet, chaque histoire de vie est unique et toutes les complications possibles, si elles ne surviennent pas, peuvent créer des angoisses qui pèseront lourd sur le bonheur qui reste toujours possible tant qu'il y a de la vie...

***La peur verrouille le présent de la personne et elle l'empêche de goûter à toutes les joies que la vie peut encore lui offrir.***

L'observation de la nature nous permet de comprendre que vie et souffrance sont intimement reliées. Seul un être vivant possède la capacité de souffrir et la possibilité d'être soumis à la souffrance existe tant et aussi longtemps qu'on respire. L'observation de la nature nous indique aussi que l'humain cherchera à éviter la souffrance s'il en est capable. Enfin, lorsque la souffrance est inévitable, puisqu'elle l'est parfois, on doit tout mettre en œuvre pour trouver les capacités de traverser cet état transitoire, afin d'atteindre un nouvel équilibre dans lequel une certaine sérénité et une paix nouvelle sont souhaitables tout en étant possibles. Les personnes qui ont vécu de grandes souffrances peuvent en témoigner.

**Docteur Serge Daneault, MD, PhD, FRCP**  
Médecin spécialisé en soins palliatifs



### **Parcours professionnel**

Diplômé en 1980 et professeur agrégé à la Faculté de médecine de l'Université de Montréal, le Dr Serge Daneault se consacre d'abord à la pratique de la médecine générale. Depuis 25 ans, il œuvre dans les soins palliatifs au CLSC des Faubourgs à Montréal et à l'Unité de soins palliatifs de l'Hôpital Notre-Dame du CHUM. Dans sa pratique, il a accompagné plusieurs milliers de personnes en fin de vie. Il compte plusieurs publications à son actif dont *Et si mourir s'apprivoisait!*<sup>1</sup>... et effectue des recherches sur la souffrance des grands malades. Il donne des conférences ici et à l'étranger en plus de participer à des émissions de radio et de télévision.

<sup>1</sup> DANEULT, Serge, *Et si mourir s'apprivoisait!... réflexions sur la fin de vie*, Les Éditions La Presse, 2011



# Reliquaire

Un reliquaire est un contenant destiné à recevoir des reliques. Historiquement, les reliquaires contenaient le corps, une partie du corps, un vêtement ou un objet ayant appartenu à un saint. Ils pouvaient prendre la forme d'un cercueil, d'une caisse en verre, d'un coffre, d'une fiole, d'une ampoule ou encore d'une capsule. Le contenu de certains reliquaires en dicte même la forme, qu'ils s'agissent de cœurs, de bustes, ou encore de pieds, de bras ou de jambes entières. Ces contenants devenaient à leur tour l'objet d'un culte ou, à tout le moins, d'une vénération certaine. À travers l'histoire et encore aujourd'hui, bien des rituels religieux et des processions sont articulés autour de reliques saintes.

### NOTE

Si vous avez l'intention de confier les cendres de la personne décédée à un cimetière, renseignez-vous au sujet des reliquaires. Pour des raisons religieuses ou de tenue de registres, certains cimetières seront plus ou moins à l'aise avec le fait de séparer les cendres de la personne décédée entre plusieurs contenants, multipliant ainsi les sépultures de la personne décédée.

### SYNONYMES

Châsse, urne.

### MOTS APPARENTÉS

Cendres, restes cinéraires, bijou.

Le reliquaire a évolué en parallèle de son aspect religieux et s'est retrouvé à désigner plus largement un objet rappelant une personne. Nous n'avons qu'à penser aux médaillons ou montres de poche contenant une photo ou une mèche de cheveux de l'être aimé, notamment.

Dans le contexte funéraire d'aujourd'hui, le reliquaire est une version miniature de l'urne, un bijou ou encore un bibelot destiné à accueillir une partie des cendres de la personne décédée. Il est également possible d'y placer une mèche de cheveux ou un bout d'étoffe du vêtement préféré de la personne décédée; renseignez-vous auprès de votre conseiller.



**David Emond**, directeur général adjoint  
Coopérative funéraire des Deux Rives



# DES SERVICES FIDUCIAIRES POUR DÉLÉGUER EN TOUTE CONFIANCE

## APPROCHE CONSEIL PERSONNALISÉE

Vous pouvez compter sur l'impartialité d'une équipe de spécialistes dédiés qui peuvent vous aider à protéger vos biens et ceux des vôtres, ainsi qu'à léguer votre patrimoine le moment venu.

- Faciliter le legs de votre succession  
*...avec la liquidation de succession*
- Préserver votre patrimoine  
*...au moyen d'une fiducie*
- Protéger vos biens en cas d'incapacité  
*...à l'aide d'un mandat en cas d'incapacité*

[gestionpriveedesjardins.com](http://gestionpriveedesjardins.com)



**Desjardins**  
Gestion de patrimoine  
GESTION PRIVÉE



CENTRE  
FUNÉRAIRE  
DU GRANIT  
MOUVEMENT COOPÉRATIF



## *Laissez-nous prendre soin de vous!*

**Notre columbarium est accessible en tout temps pour les familles  
Salons d'exposition - Chapelle - Salle de réception  
Funérailles sans frais pour les enfants de 0 à 14 ans (programme Solidarité)  
Groupe d'entraide sans frais pour personnes en deuil.**

**Au service des familles membres et non-membres**



*Que ce soit pour vous  
ou pour un parent proche,  
prévoir et planifier  
n'a rien de facile.*

*C'est pourquoi nous vous  
accompagnons à travers  
toutes les étapes du deuil,  
en commençant par le dépôt  
de vos volontés funéraires,  
les documents de planification  
et les arrangements funéraires  
préalables.*

Parlons-en ensemble maintenant

Tél. : 819 583-2919    1 800 667-2919  
3844, rue du Québec-Central, Lac-Mégantic  
[www.cfgranit.qc.ca](http://www.cfgranit.qc.ca)

# Présent pour vous, à chaque instant

Notre columbarium est accessible  
en tout temps pour les familles

## Notre service d'incinération

Pour le service d'incinération, l'inter coopération avec la Coopérative funéraire de l'Estrie nous permet de bénéficier de l'importance du nombre de leurs crémations, de diminuer nos frais d'investissement afin d'offrir à un moindre coût, un service d'incinération au quotidien sans frais supplémentaires pour nos familles.

## Devenez membre!

Être membre du Centre Funéraire coopératif du Granit ne coûte que 50 \$ par adulte. Tous vos enfants de moins de 18 ans sont automatiquement inclus. Vous n'avez pas à renouveler cette cotisation chaque année. Lors du décès du membre, la part sociale peut être transférée à un autre membre de la famille ou être remboursée.

N'hésitez pas à communiquer avec nous pour de plus amples informations pour votre adhésion comme membre ou pour un changement d'adresse.



## Pendant les moments difficiles, nous offrons

Du *soutien* avec nos groupes d'entraide pour personnes en deuil. Ces rencontres sont offertes gratuitement deux fois l'an.

Le programme *Solidarité* (aide financière aux familles) lors de la perte d'un enfant de 0 à 14 ans.

\* le centre funéraire assumera les coûts reliés à ses propres biens et services, jusqu'à concurrence de 2 500 \$ pour les familles membres.



**l'écho**  
DE FRONTENAC

Téléphone **819 583 1630**    Sans frais 1 866 583 1630    Télécopieur 819 583 1124

5040, boul. des Vétérans  
Lac-Mégantic, Qc

[echodefrontenac.com](http://echodefrontenac.com)

**Réseau Notarial Plus**

**Me Claire Bouffard, notaire**  
247, rue Albert  
Scotstown (Qc) J0B 3B0

Tél & fax: 819-657-4417  
courriel: [bouffard@notarius.net](mailto:bouffard@notarius.net)  
[www.bouffardclairenotaire.com](http://www.bouffardclairenotaire.com)



# Rédiger un hommage



Les funérailles visent à créer des liens autant qu'elles marquent une séparation. Elles rassemblent les familles et les amis autour d'un lien commun : le défunt. La cérémonie en elle-même est essentielle dans le processus de rassembler les gens. Au cœur de cette cérémonie, l'hommage a une place de choix. C'est à la fois une occasion de célébrer la vie du défunt et de le laisser partir.

Cela explique pourquoi certaines personnes hésitent à faire un hommage. Elles ressentent une grande responsabilité, tout en ayant à vivre leurs propres émotions, qui incluent autant la nervosité que la tristesse. Malgré cela, la valeur des hommages ne peut pas être sous-estimée : elle offre à celui ou celle qui le prononce une occasion

de présenter dans ses propres mots une personne qui fut importante, tout en ramenant son souvenir dans l'esprit des personnes présentes.

Un hommage réussi peut nous émouvoir aux larmes, mais il contribue aussi à nous apaiser. Il nous amène à comprendre que de faire face aux pertes ne signifie pas d'oublier la personne qui nous quitte, mais de vivre avec le souvenir de ce qu'elle nous a apporté.

Les éléments qui suivent se veulent un point de départ pour la planification, la rédaction et la prestation de quelques mots bien choisis qui peuvent constituer un hommage.

## Planifier l'hommage

Commencez par penser aux personnes à qui vous vous adressez ainsi que la personne que vous décrivez : l'éloge est sur la personne, mais pour le public.

### Pensez à votre auditoire

- Qui sont-ils – famille et amis seulement ou d'autres personnes plus éloignées? Il peut y avoir des choses précises à dire ou à éviter.
- Que veulent-ils entendre? La plupart des gens veulent entendre de bonnes choses sur une personne décédée et oublier les mauvaises choses. Mais les gens ne deviennent pas des saints seulement parce qu'ils sont morts. Votre auditoire voudra sentir que vous avez capté l'essence de la personne – ce qui le rend spécial. Alors, soyez honnête, mais sélectif.

### Pensez à la personne

- **Les grands moments** : Quels sont les moments majeurs dans sa jeunesse, sa vie adulte ou sa vieillesse, au travail, dans les loisirs, à la maison, en voyage, seul ou avec d'autres? Quels sont les points forts de l'histoire de sa vie? Quels étaient ses talents?
- **Les petits bonheurs** : Quelles étaient ses petites habitudes ou caractéristiques, qu'a-t-elle fait ou dit, quelles étaient ses manies, passe-temps, passions? Un petit détail vaut parfois mille mots.
- **Les moments tristes** : Quels ont été ses défis, ses épreuves, ses moments difficiles? Qu'est-ce que ces événements nous disent à son sujet?
- **Les joies** : Qu'est-ce qui lui donnait le plus de plaisir? À quel moment cette personne était-elle le plus heureuse?
- **Les moments personnels** : Qu'avez-vous vécu avec cette personne? Qui était-elle pour vous?

## Rédiger

La tâche plus difficile lorsqu'on prépare une présentation n'est pas tellement de décider ce que vous allez dire, mais de décider comment structurer le tout, avec un début, un milieu et une fin. Voici quelques suggestions sur la rédaction.

- **Est-ce que je l'écris mot pour mot?** Oui, si cela peut aider. Mais si vous le faites, assurez-vous de l'écrire dans des mots simples et de la façon la plus orale possible. Quand nous parlons normalement, nous ne parlons pas avec des phrases parfaites. Ce qui est important, ce n'est pas la grammaire ou la syntaxe, mais les points que vous faites et les histoires que vous racontez. Donc, si vous le pouvez, n'écrivez pas le texte mot à mot, mais inscrivez les points clés sur des fiches cartonnées.
- **Par où commencer?** Si vous ne savez pas comment commencer, ne perdez pas de temps à ce sujet. Écrivez d'abord l'essentiel, et réfléchissez ensuite à la manière d'introduire et de conclure votre hommage. Évitez les clichés comme « Nous sommes réunis ici aujourd'hui... » et commencez avec quelque chose de spécial sur le défunt. En fait, vous n'avez pas vraiment besoin d'une introduction : les gens savent de qui vous parlez. Il est plus facile d'aller droit au but. Par exemple : « il y a beaucoup de choses dont on se souviendra, mais ce que nous n'oublierons jamais c'est son sens de l'humour... »



- **Comment conclure?** Si vous avez l'intention de jouer un morceau de musique ou de lire un poème après votre éloge, vous pouvez terminer en expliquant pourquoi vous l'avez choisi. Si ce n'est pas le cas, vous pouvez terminer par une courte phrase d'adieu, peut-être la dernière chose que vous lui avez dite – ou voulu lui dire – avant sa mort.
- **Allez à l'essentiel.** Lorsque vous avez terminé un premier brouillon, relisez-vous et éliminez ce qui peut être superflu ou redondant. Un court texte saura davantage capter l'attention des gens et sera plus mémorable qu'une longue présentation. Vérifiez auprès de la coopérative funéraire ou avec le célébrant le temps dont vous disposez pour votre hommage. Si d'autres personnes prennent la parole, assurez-vous de répartir les sujets afin de ne pas répéter les mêmes choses.
- Essayez de ne pas lire mot à mot, mais de parler dans vos propres mots.
- Parlez lentement. Lorsque nous sommes nerveux, nous avons tendance à parler trop vite. En parlant lentement, vous donnez aux gens le temps de réfléchir à ce que vous dites. Et si vous êtes dans une grande salle, parler lentement vous aide à projeter votre voix.
- Ne vous inquiétez pas si vous perdez le fil de votre présentation ou si vous faites face à un moment d'émotion. Faites une pause, prenez quelques respirations profondes et continuez. Personne ne s'attend à un discours parfait. L'auditoire est là pour vous soutenir.

En plus de célébrer la vie du défunt, un éloge funèbre rejoint deux objectifs des funérailles. Il réconforte les gens en adoucissant leurs pensées. Et il les console d'une façon encore plus large. Chaque personne présente sait qu'elle devra aussi mourir un jour, et l'hommage au défunt les ramène à leur propre destinée.

L'hommage qui est rendu au défunt nous recentre sur notre humanité et sur la dignité de la vie.

**Traduit par France Denis**

Source : Well Chosen Words  
How to write a eulogy  
Co-operative Funeralcare

## Prendre la parole

Comme pour la planification et l'écriture, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon de prendre la parole. Mais dans une situation de nervosité, les gens font parfois des choses qui peuvent interférer avec la capacité du public à se concentrer sur leurs paroles. Les suggestions suivantes peuvent vous aider, surtout si vous n'avez jamais parlé en public :

- Portez des vêtements qui conviennent à l'événement. Une tenue inappropriée pourrait distraire les gens de vos paroles.
- Exercez-vous à lire votre éloge à haute voix avant la cérémonie funéraire, seul ou devant un proche. Cela pourrait vous aider à polir le texte, à respecter le temps alloué et à mieux contrôler vos émotions le jour même.
- Assurez-vous d'être debout au moment de faire l'éloge funèbre. Même si vous vous sentez un peu exposé, cela aide les gens à mieux vous voir et à mieux projeter votre voix.
- Restez immobile et calme. Des gestes nerveux et trop amples peuvent distraire les gens.

### En complément

Le site de votre coopérative funéraire présente une vidéo sur la Rédaction d'un hommage présentée par Isabelle Potvin de la Coopérative funéraire des Deux Rives.



[fcfq.coop/services/capsules-video/](https://fcfq.coop/services/capsules-video/)

# Semaine de la coopération 2015

## Nos avantages coop



Notre réseau de coopératives funéraires a vu le jour pour proposer des services et des prix correspondant aux aspirations de nos membres et de la population en général. Certaines de nos coopératives ont plus de 50 ans, d'autres sont relativement plus récentes, mais ce projet commun de faire une différence dans la vie des gens, par nos propres moyens, demeure notre noble mission.

Cette mission particulière s'appuie sur des compétences qui évoluent avec le temps et avec les particularités de nos coopératives membres. À l'occasion de la Semaine de la coopération, il est toujours pertinent de se rappeler le chemin parcouru.

Au Québec, nous sommes 200 000 hommes et femmes à avoir choisi de joindre les rangs de 20 coopératives funéraires partout sur le territoire. De ces membres, plus de 200 agissent à titre d'administrateurs bénévoles au centre de la gouvernance de ces entreprises, appuyés par plus de 500 employés. Collectivement, nous générons un chiffre d'affaires de près de 49 millions et possédons des actifs de 216 millions de \$. Ces statistiques sont importantes, elles témoignent de notre solidité et de certains moyens pour réussir notre mission.

Mais, ce qui nous rend le plus fiers et qui témoigne de notre pertinence et des efforts de tous, c'est le fait que 10 728 familles ont choisi, en 2014, d'utiliser les services d'une des coopératives funéraires de notre réseau; 10 728 familles qui trouvent nos façons de faire pertinentes pour eux.

Nous savons que depuis que nos coopératives existent, le prix moyen des funérailles a diminué de près de 30 %, ce qui se traduit par un avantage économique, pour 2014, de près de 18,5 millions de dollars pour ces familles.

Outre cet avantage prix, ce qui nous distingue fondamentalement, c'est notre conception du service funéraire proposé à la population : la recherche de sens suite à la perte d'une personne importante. Nous œuvrons dans un secteur profondément humain, qui est au centre de notre condition d'homme et de femme. La logique coopérative de prise en charge, de démocratie, de solidarité, d'égalité et d'équité prend tout son sens. Ces valeurs permettent d'avoir une approche où les coopératives offrent un accompagnement avant, pendant et après le décès; par une vaste approche de formation au sein de nos coopératives, nous développons



des services permettant à nos familles la recherche de sens dans le deuil d'un être important. C'est unique au Québec.

Notre force économique et notre vision coopérative nous permettent collectivement de proposer des programmes à la fois uniques et profondément humains. Citons deux exemples.

Les membres savent que la perte d'un enfant est parmi les événements les plus difficiles à vivre. Les coopératives du réseau ont donc développé le programme Solidarité qui permet de couvrir les coûts de base (jusqu'à 2 500 \$) des funérailles lors de la perte d'un enfant.

Les membres des coopératives sont conscients de nos défis environnementaux et de notre responsabilité. C'est dans cet esprit que le projet Héritage a vu le jour. Ainsi, pour chacune des funérailles organisées par les coopératives participantes, un arbre est planté, symbolisant que la vie continue et que nous cultivons le souvenir de nos défunts. De plus, les coopératives participent à compenser l'émission de gaz à effet de serre que génèrent nos activités. Au cours de la dernière année, ce sont près de 13 000 arbres qui ont été plantés au nom de nos membres. Ce programme est réalisé en intercoopération avec nos collègues des coopératives forestières du Québec.

Voilà donc brièvement comment des citoyennes et des citoyens de partout au Québec, dans une dynamique de prise en charge d'un besoin et d'une aspiration communs, contribuent à s'offrir des avantages concrets de services uniques, empreints de sens et à prix compétitifs. Merci d'être membre de ce grand projet humain!

**Michel Lafleur**, président  
Fédération des coopératives funéraires du Québec  
Président de la Coopérative funéraire de l'Estrie

**Au nom des présidents et présidentes des 20 coopératives funéraires de notre réseau**



## Membres de la



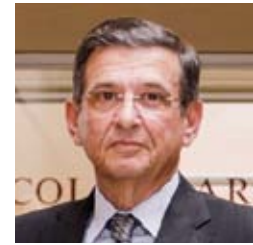
FÉDÉRATION  
DES COOPÉRATIVES  
FUNÉRAIRES  
DU QUÉBEC



**André Jacob**, président  
Coopérative funéraire  
de la Rive-Nord



**Christian Lemieux**, président  
Coopérative funéraire  
de Chicoutimi



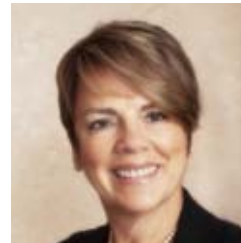
**Gilles Déry**, président  
Coopérative funéraire  
de l'Outaouais



**Jean-Luc Bouffard**, président  
Maison funéraire de L'Amiante



**Pierre Tardif**, président  
Coopérative funéraire  
du Grand Montréal



**Yvette Fortier**, présidente  
Centre funéraire coopératif  
du Granit



**Gilles Broué**, président  
Coopérative funéraire  
des Laurentides



**Gilles Marseille**, président  
Résidence funéraire  
de l'Abitibi-Témiscamingue



**Gaston Tardif**, président  
Coopérative funéraire  
du Bas-Saint-Laurent



**Réal C. Carbonneau**, président  
Coopérative funéraire  
de Coaticook



**Guy Adam**, président  
Coopérative funéraire  
de St-Jean-de-Matha



**Robert Gagné**, président  
Résidence funéraire  
Lac-Saint-Jean



**Bernard Cyr**, président  
Coopérative funéraire  
des Eaux Vives



**Gilles Cormier**, président  
Coopérative funéraire  
Haute-Côte-Nord-Manicouagan



**Claude Fluet**, président  
Coopérative funéraire  
des Deux Rives



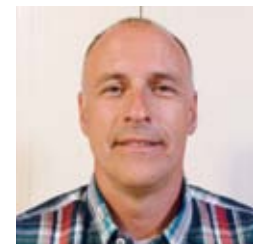
**Étienne Turcotte**, présidente  
Coopérative funéraire  
Charlevoix



**Réjean Laflamme**, président  
Coopérative funéraire Brunet



**Gilles Cardinal**, président  
Coopérative funéraire  
de St-Hyacinthe



**André Boudreau**, président  
Coopérative funéraire  
du Fjord

# Le mouvement des coopératives funéraires honore ses lauréats

Trois coopératives et un coopérateur ont été honorés en mai dernier lors du gala Reconnaissance des coopératives funéraires du Québec qui s'est tenu à Rimouski à l'initiative de la Coopérative funéraire du Bas-Saint-Laurent. Décernés chaque année, ces prix visent à rendre hommage aux coopératives pour leurs initiatives et réalisations qui contribuent au rayonnement du mouvement.

## Coopérative funéraire de l'Estrie *Innovation sociale*

Constatant qu'il peut être aidant pour les gens des différentes communautés culturelles de retrouver des rituels funéraires qui sont en accord avec leur croyance, la coopérative a produit un guide des rituels funéraires des communautés culturelles traduit en 7 langues. Cette initiative a été accompagnée d'une série de conférences sur les rituels funéraires.



Manon Thibodeau, François Fouquet et Michel Lafleur reçoivent ce prix de madame Nicole Barsetti, directrice au développement des affaires aux groupes coopératifs chez Desjardins.

## Coopérative funéraire Haute-Côte-Nord-Manicouagan *Éducation à la jeunesse*

Pour promouvoir de saines habitudes de vie, cette coopérative offre une fois par semaine une collation santé aux jeunes d'une école primaire de la région. Elle a également contribué à organiser une activité de sensibilisation pour les jeunes de 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> secondaire sur les risques de conduire sous l'influence de drogue et d'alcool.



Gilles Cormier et Anne Poulin de Courval, respectivement président et directrice générale, reçoivent ce prix de madame Maryse Durocher, directrice de compte chez Cooperators.

## Coopérative funéraire des Deux Rives *Développement durable exemplaire*

Sensible à l'impact de ses activités sur l'environnement, la Coopérative s'est donné comme objectif de compenser entièrement l'ensemble de ses activités par la plantation d'arbres et par la Bourse du carbone Scol'ERE, un mouvement éducatif et collectif qui vise l'adoption de nouvelles habitudes de vie écoresponsables.



Claude Fluet et Garry Lavoie, respectivement président et directeur général, reçoivent ce prix de monsieur Richard Lacasse, directeur général de la Société de coopération pour le développement international.

## Marcel Giroux *Personnalité de l'année*

Le prix Michel Marengo est décerné chaque année à une personne qui a apporté une grande contribution à notre mouvement. Il a été nommé ainsi en l'honneur de monsieur Michel Marengo, ancien président de la Fédération et membre honoraire à vie. En 2015, ce prix a été remis à monsieur Marcel Giroux qui a imprimé sa marque dans le développement de la Coopérative funéraire de la Capitale.

En 1967, avant même la fondation de toutes les autres coopératives de notre réseau, il s'investissait déjà dans la création d'un réseau de coopératives dans le quartier Saint-Roch à Québec avec Mgr Raymond Lavoie qui avait fondé l'Association coopérative industrielle du Pied-de-la-Falaise.

Au cours des années suivantes, il s'est investi sans relâche à développer la formule coopérative et à offrir des services funéraires à des prix abordables dans un des quartiers les plus défavorisés de la ville de Québec.

Au cours des presque 50 années de son engagement, Marcel Giroux est resté fidèle à sa vision : offrir la solution coopérative au plus grand nombre et développer un esprit de solidarité dans sa communauté.

Bravo!



Le président de la Fédération, monsieur Réjean Laflamme, remet le prix Michel Marengo à monsieur Marcel Giroux.

# PORTES OUVERTES

*dans les coopératives funéraires*

*Venez nous visiter !*  
**Le dimanche 18 octobre**

Vous souhaitez visiter les installations du laboratoire, la salle de sélection, les salons funéraires, les véhicules ? Vous souhaitez poser des questions sur l'embaumement, la crémation, le travail dans le secteur funéraire ? Le personnel et les administrateurs de votre coopérative seront sur place pour vous accueillir et répondre à toutes vos questions.

**Coopérative funéraire Brunet, 11 h à 15 h**  
473, rue l'Annonciation Sud, Rivière-Rouge

**Coopérative funéraire des Deux Rives, 11 h à 15 h**  
693, av. Nérée-Tremblay, Québec  
10579, boul. Sainte-Anne, Sainte-Anne-de-Beaupré

**Coopérative funéraire de l'Estrie, 10 h à 13 h**  
485, rue du 24-Juin, Sherbrooke

**Coopérative funéraire du Grand Montréal, 11 h à 15 h**  
635, boul. Curé-Poirier O, Longueuil  
9480, rue Notre-Dame Est, Montréal  
2000, rue Cunard, Laval  
5000, boul. Cousineau, Saint-Hubert

**Centre Funéraire du Granit, 10 h à 15 h**  
3844, Québec-Central, Lac-Mégantic

**Maison funéraire de L'Amiante, 10 h à 16 h**  
653, rue Pie XI, Thetford Mines

**Coopérative funéraire de l'Outaouais, 11 h à 15 h**  
95, boul. de la Cité-des-Jeunes, Gatineau (secteur Hull)  
1369, boul. La Vérendrye Ouest, Gatineau  
116, rue Maclaren Est, Gatineau (secteur Buckingham)

**Résidence funéraire Maska, 11 h à 15 h**  
5325, boul. Laurier Ouest, Saint-Hyacinthe

Pour consulter la carte des points de service où se tiennent les portes ouvertes, consultez le site [portes-ouvertes.fcfq.qc.ca](http://portes-ouvertes.fcfq.qc.ca)



LES COOPÉRATIVES  
FUNÉRAIRES  
DU QUÉBEC

*Bienvenue à tous !*

# Des nouvelles du réseau

## Acheter un monument funéraire en ligne

Les coopératives funéraires sont conscientes que l'achat d'un monument funéraire est une étape importante dans les démarches reliées à la commémoration d'une personne décédée. Afin de toujours mieux vous accompagner, vous trouverez dorénavant sur le site web de la Fédération des coopératives funéraires du Québec (FCFQ) un espace réservé à l'achat et à la personnalisation d'un monument funéraire ([fcfq.coop/monument](http://fcfq.coop/monument)). Un outil a été développé pour que vous puissiez facilement et en toute sécurité effectuer l'ensemble des étapes. Nous avons sélectionné pour vous des produits de qualité exceptionnelle à des prix reflétant le pouvoir d'achat de notre réseau. Dans un souci de transparence, les prix sont affichés tout au long du processus. Pour contacter un représentant du service à la clientèle de la Fédération, vous pouvez écrire à [monuments@fcfq.coop](mailto:monuments@fcfq.coop).

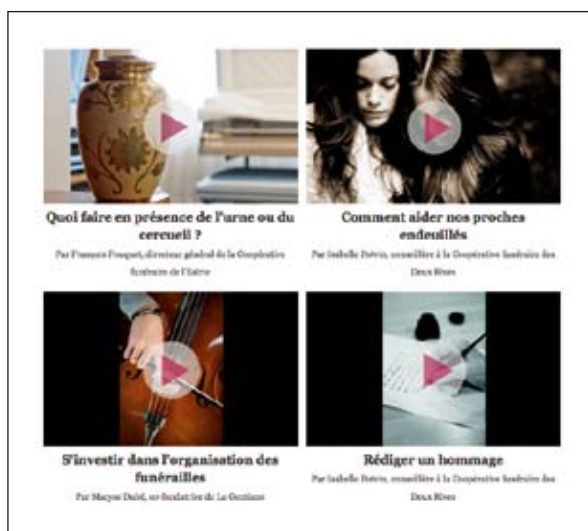
## Capsules vidéo

Près d'une trentaine de capsules vidéo sont disponibles sur le site web de la FCFQ et de plusieurs coopératives membres de notre réseau. Ces différentes capsules sont des outils d'accompagnement pour vous aider à mieux cerner la différence coopérative et l'importance des rituels funéraires. Elles ont été réparties en 5 sections :

- Le réseau des coopératives funéraires et son fonctionnement (8 capsules)
- Les programmes, services et outils de notre réseau (6 capsules)
- Les rites funéraires et le deuil (9 capsules)
- Questions pratiques (2 capsules)
- Les dirigeants efficaces (4 capsules)

Venez découvrir les 6 nouvelles capsules développées dernièrement et qui abordent les thèmes suivants :

- La différence coopérative
- Aider nos proches endeuillés
- S'investir dans l'organisation des funérailles
- Les funérailles riches de sens
- Rédiger un hommage
- Quoi faire en présence de l'urne ou du cercueil



**Quoi faire en présence de l'urne ou du cercueil ?**  
Par Florence Piquart, directrice générale de la Coopérative funéraire de l'Estrie



**Comment aider nos proches endeuillés**  
Par Isabelle Hébert, conseillère à la Coopérative funéraire des Deux Rives



**S'investir dans l'organisation des funérailles**  
Par Mayou Dubé, co-fondatrice de La Octave



**Rédiger un hommage**  
Par Isabelle Hébert, conseillère à la Coopérative funéraire des Deux Rives



*La Symphonie*  
Pour des funérailles  
riches de sens

## Programme de perfectionnement *La Symphonie*

Soucieuse d'offrir un accompagnement de qualité aux personnes endeuillées, la Fédération des coopératives funéraires du Québec offre à ses coopératives membres un programme de perfectionnement continu intitulé *La Symphonie*. La particularité de ce programme, axé sur l'importance des rituels significatifs, est de mettre en lumière les aspects bénéfiques à l'évolution du deuil.

Depuis 2009, 449 participants ont assisté à l'une ou l'autre des 148 activités de perfectionnement offertes. Que ce soit sur le processus de deuil, la mise en place de funérailles riches de sens ou encore l'implication des personnes endeuillées dans l'élaboration des derniers adieux, rien n'est laissé au hasard. Au fil des ans, depuis la création de *La Symphonie*, 8 533 heures de perfectionnement ont permis d'enrichir l'expertise d'un réseau qui croit en l'importance de se mettre à jour continuellement, afin d'offrir ce qu'il y a de mieux à sa clientèle, avant, pendant et après le décès d'un être cher.





## Trois bonnes raisons de fêter

L'année 2015 marque un jalon important pour trois coopératives du réseau. La Coopérative funéraire du Bas-St-Laurent célèbre son 40<sup>e</sup> anniversaire, tandis que les coopératives de St-Jean-de-Matha et de Saint-Hyacinthe soulignent leur 35<sup>e</sup> anniversaire. Bon anniversaire aux membres, administrateurs et employés de ces 3 coopératives dynamiques!

## Onze tours de planète

Désireuses de faire leur part pour favoriser un environnement plus sain, les coopératives funéraires du Québec ont créé il y a quelques années le programme Héritage. Dans le cadre de ce programme, les coopératives soutiennent la plantation d'arbres afin de compenser leurs activités et les déplacements des véhicules. Également, le programme prévoit la plantation d'un arbre pour chaque défunt qui a été confié à la coopérative. Les arbres sont plantés au Québec et dans un pays du Sud (Guatemala et Pérou) par des coopératives forestières.

Depuis 2009, la contribution de notre réseau a permis la plantation et la conservation pour une période allant de 30 à 50 ans, de 52 853 arbres au Québec, au Guatemala et au Pérou. Ces arbres compensent l'émission de 10 570 tonnes d'équivalents CO<sub>2</sub>.

L'émission de ces 10 570 tonnes correspond au voyage d'un véhicule standard sur une distance de 44 044 000 kilomètres, soit 11 fois le tour complet de la Terre.

Enfin, tout en assumant notre responsabilité envers l'environnement, la moitié des 137 032 \$ investis améliore les conditions de vie de travailleurs d'entreprises collectives du Sud de la planète.

### Vous déménagez?

Assurez-vous de continuer à recevoir votre revue *Profil* et toute l'information provenant de votre coopérative en nous faisant part de votre nouvelle adresse. N'oubliez pas d'indiquer aussi votre ancienne adresse, car il peut y avoir sur nos listes plus d'une personne qui portent le même nom. Vous pouvez le faire en téléphonant ou en écrivant à votre coopérative funéraire. Les coordonnées se retrouvent dans les pages centrales ou au verso de cette revue. Vous pouvez aussi vous rendre sur le site [www.fcfq.ca](http://www.fcfq.ca) et cliquer sur *Trouvez votre coopérative funéraire*.



## PROFIL

*Profil* est publié deux fois l'an par la :  
Fédération des coopératives funéraires du Québec  
548, rue Dufferin  
Sherbrooke (Québec) J1H 4N1

Téléphone : 819 566-6303  
Télécopieur : 819 829-1593  
Courriel : [info@fcfq.coop](mailto:info@fcfq.coop)  
Site Internet : [www.fcfq.coop](http://www.fcfq.coop)

Direction : Alain Leclerc  
Rédaction et coordination : France Denis et  
Maryse Dubé

Conception graphique : Imacom communications

**Coopératives funéraires participantes :**  
Alliance funéraire du Royaume  
Centre funéraire coopératif du Granit  
Coopérative funéraire de l'Estrie  
Coopérative funéraire de l'Outaouais  
Coopérative funéraire de Saint-Hyacinthe  
Coopérative funéraire des Deux Rives  
Coopérative funéraire des Laurentides  
Coopérative funéraire du Bas-Saint-Laurent  
Coopérative funéraire du Grand Montréal  
Coopérative funéraire Haute-Côte-Nord Manicouagan  
Maison funéraire de l'Amiante  
Résidence funéraire de l'Abitibi-Témiscamingue

**Tirage :** 82 015 exemplaires

La rédaction de *Profil* laisse aux auteures et auteurs l'entière responsabilité de leurs opinions. Toute demande de reproduction doit être adressée à la Fédération des coopératives funéraires du Québec.

**Dépôt légal :** 3<sup>e</sup> trimestre 2015  
Bibliothèque nationale du Québec  
ISSN 1205-9269

Poste-publication, convention no 40034460

# Site d'entraide pour les personnes endeuillées



*La*  
*Gentiane*  
www.lagentiane.org

**Un lieu d'expression, d'information et d'échange  
pour les personnes qui vivent un deuil.**

Sur La Gentiane, l'entraide n'a pas de frontières. Des gens de partout viennent y chercher le réconfort nécessaire pour continuer leur chemin. Des amitiés se créent, des cœurs se parlent, des larmes se cueillent tous les jours, et ce, dans le respect des différentes cultures.

**Parce que « Les mêmes souffrances unissent mille fois plus que les mêmes joies »**

- Lamartine -

*La Gentiane est un service des coopératives funéraires du Québec*



# Turmel

L'Impériale



Les Pétroles R. Turmel inc.  
4575, rue Latulippe  
Lac-Mégantic (Québec) G6B 3H1

Téléphone: 819 583-3838  
Télécopieur: 819 583-2949  
Sans frais: 1 800 567-6075

[www.turmel.ca](http://www.turmel.ca)

# Isolation sabel



Polyuréthane • Laine minérale • Cellulose  
Barrière thermique • Insonorisation

7249, Wolfe, Lac-Mégantic, Qc G6B 2S3  
Tél: 819 583-4152 • 1 888 583-4152

Site web: [www.isolationisabel.com](http://www.isolationisabel.com)

R.B.Q.: 8266-5886-22

On vous prédit  
des économies

LAC-MÉGANTIC  
**819 583-4555**



PROMUTUELASSURANCE.CA

**PROMUTUEL**  
ASSURANCE

# Legion

## ROYALE CANADIENNE

3458, rue Milette,  
Lac-Mégantic, Qc  
G6B 2E6

Tél: 819 583-2173

*Réjean Guay, traiteur*

**2 salles de réception:**

200 places  
60 places privées

**Buffets chauds ou froids  
pour toutes occasions**



3528, rue Leblanc, Lac-Mégantic, Qc G6B 2Z9  
Tél.: 819 583-5921

[www.edensurlelac.com](http://www.edensurlelac.com)



## GILLES ET LUC PERRON

Centre de l'auto Perron inc.  
[lacmegantic@carstar.ca](mailto:lacmegantic@carstar.ca)  
T: 819-583-3558

Un accident est si vite effacé.\*



## Lasserre



AVANTAGE EXCLUSIF AUX MEMBRES

### SERVICES D'ASSISTANCE

Vous planifiez ou liquidez une succession?  
Obtenez des renseignements juridiques  
gratuits!

[desjardins.com/avantages](http://desjardins.com/avantages)

Caisse Desjardins de la Région de Mégantic | 819 583-1911  
Caisse Desjardins du Granit | 418 486-3000  
Caisse Desjardins des Hauts-Cantons | 819 583-2380



## Desjardins

