



LES COOPÉRATIVES
FUNÉRAIRES
DU QUÉBEC

PROFIL

Vol. 21, no 1

Le magazine des coopératives funéraires du Québec

Maryse Chartrand

Revivre après un suicide

Choisir d'apporter
les cendres avec soi

Laissons en héritage
un environnement sain



C'est incroyable tout ce qu'on peut faire ensemble!

En tant que membre d'une coopérative funéraire, vous bénéficiez de tarifs spéciaux et d'avantages exceptionnels grâce à notre régime d'assurance groupe automobile et habitation.

Non seulement vous économiserez de l'argent, mais vous aurez aussi la tranquillité d'esprit de recevoir un service de qualité de notre part. En participant au régime d'assurance groupe automobile et habitation, vous avez accès **24 heures sur 24, 7 jours sur 7, à notre service de règlement des sinistres DéclitSM**. Appelez-nous dès qu'un sinistre survient; nos conseillers entameront le traitement de votre sinistre sur le champ.

Vous pourriez aussi GAGNER le grand prix de 10 000 \$! Pour participer, téléphonez au **1-800-387-1963** ou visitez le **www.cooperatorsassurancegroupe.ca** et entrez le code **WEBID#88701** pour recevoir une soumission automobile ou habitation gratuite, sans obligation de votre part.

Assurance groupe automobile* et habitation

 **co-opérateursSM**
Une place de choixSM

Maryse Chartrand

Revivre après un suicide

En septembre 2003, Maryse Chartrand, son mari, Samuel, et leurs trois enfants, Andréanne, Félix et Élyse, s'envolent vers le voyage d'une vie : un an en camping autour du monde, du Mexique à l'Italie en passant, entre autres, par la Nouvelle-Zélande, les îles Tonga, l'Inde et le Vietnam. C'est un moment hors du temps pour ce couple de professionnels du milieu de la publicité, un monde connu pour ses horaires fous et ses exigences créatives. Tout au long du voyage, la famille documente ses moments les plus fous, les plus tendres, les plus et les moins heureux dans le but d'en faire un documentaire.

*Mais à peine quelques mois après leur retour, Samuel est terrassé par une profonde dépression. Deux jours après avoir reçu l'aval pour réaliser leur documentaire, il s'enlève la vie. Courageusement, Maryse se redresse et réalise tout de même le film qu'ils caressaient. Mais si *Le voyage d'une vie* part toujours du voyage qui aura offert à cette famille montréalaise parmi les plus beaux moments de leur vie, il aborde aussi et surtout sa plus grande tristesse : la mort de Samuel. Et ouvre sur le phénomène du suicide chez les hommes, un véritable raz-de-marée qui emporte plus d'hommes entre 18 et 45 ans au Québec que n'importe quelle autre cause de mortalité.*

Par Andrée-Anne Guénette

Racontez-nous comment s'est passé le moment où Samuel est disparu.

Le matin, il est venu me reconduire au bureau et m'avait promis d'être rentré tôt à la maison avec les enfants. Pourtant, à 21 heures, il n'y était toujours pas et alors, vraiment inquiète, j'ai appelé la police. J'ai été très rassurée par leur professionnalisme : ils ont été très vigilants et proactifs. Je leur ai communiqué ma crainte et ils l'ont prise très au sérieux. Je savais Samuel en dépression, mais j'étais à mille lieues de le penser suicidaire.

La nuit passe sans que vous ayez de nouvelles de votre mari...

Cette nuit a été la pire de ma vie. De savoir quelqu'un que tu aimes en détresse sans pouvoir l'aider est extrêmement souffrant. Le pire était de ne pas savoir ce à quoi je faisais face. Avait-il perdu la tête? Était-il amnésique? Ou déjà mort? Je ne pouvais me résoudre à la réalité, car je contemplais l'inconnu. C'était de la torture. J'entendais une voiture, je me jetais à la fenêtre. J'ai vérifié mille fois que le téléphone était bien raccroché. Je faisais des petits gestes insignifiants pour m'accrocher à quelque chose.

Le matin, la police m'a appelée pour me dire que Samuel avait pris ses messages sur son cellulaire. Cela a été un immense soulagement : il était donc vivant et il y avait encore quelque chose qui le raccrochait à la vie. Je lui avais laissé tant de messages compréhensifs, amoureux : « Samuel, ta place est ici avec nous : viens à la maison, je sais que tu ne vas pas bien ». Je sentais qu'il allait revenir.

Mais la journée est passée. Sans nouvelles, j'ai laissé encore plusieurs messages. Vers 2 h du matin, la police a frappé à la porte. Une policière m'a dit : « On a retrouvé votre mari. Il s'est ôté la vie. »

Comment avez-vous réagi ?

On m'a remis ses clés et son porte-monnaie et cela a été pour moi un geste d'une extrême violence. Comme si on le réduisait à ces objets banals. J'ai tout lancé à l'autre bout de la pièce, en criant « Mais qu'est-ce que tu as fait là? » À cet instant précis, tout s'est écroulé : toutes les valeurs, la façon que je me définissais et que je définissais notre relation. Le suicide lave tout, remet tout en question, ne laisse rien.

Dans un décès d'une autre nature, on peut se raccrocher à l'amour qui est là, les dernières conversations avant la mort. Mais n'ayant pu poser mes questions, elles restaient en suspens : Comment a-t-il pu faire ça ? Il ne nous aimait pas assez ? Il ne sentait pas qu'on l'aimait ? Je sais maintenant que l'erreur est de penser que le suicide est un choix. Ce n'est pas un choix.

À quoi se raccroche-t-on alors ?

J'ai appelé tous mes proches, frères, sœurs, amis, à trois heures du matin. Je tenais à annoncer le décès moi-même, pour reprendre un peu de ce contrôle sur ma vie que je venais de perdre. Je crois qu'à ce moment, j'avais besoin de sentir la vie qui continuait, car Samuel, en s'enlevant la vie, emportait une bonne partie de la mienne.

Le suicide lave tout, remet tout en question, ne laisse rien.

La plus grosse partie de ma vie était nos 18 ans de mariage, nos 3 enfants, à qui je devais annoncer la nouvelle à cinq heures du matin. J'avais tellement peur pour eux, peur que ce soit un courant tellement fort qu'il les emporte. J'avais peur qu'ils soient détruits, que cela soit anéantissant d'avoir à porter cette tare du suicide de leur père. Et surtout, je ne voulais pas briser ce lien très fort d'amour qui les liait à leur père.

Comment annonce-t-on une telle nouvelle à ses enfants ?

J'ai voulu vérifier que le lien d'amour entre les enfants et Samuel était intact en leur demandant : Êtes-vous certains que papa vous aime ? Et êtes-vous sûrs que vous aussi vous l'aimez ? Ils n'ont pas hésité un moment. J'ai ajouté : Êtes-vous sûrs que vous vous aimez ? Car papa ne s'aimait pas. Et c'était là la différence entre Samuel et les enfants.



J'étais très inquiète pour eux : mon deuil devenait presque secondaire au leur. Mais les spécialistes consultés ont été formels : dans un deuil comme celui-là, l'enfant prend modèle sur le parent survivant. Soucie-toi de vivre ton deuil et tes enfants vont calquer sur toi.

Dans le documentaire, vous racontez qu'au service funéraire de Samuel vous avez demandé aux personnes présentes de ne pas voir vos enfants comme des victimes. Pourquoi ?

Durant notre voyage, nous avons fait du travail humanitaire au Honduras auprès d'enfants très défavorisés. Je voulais tous les sauver et me sentais très impuissante. À un moment, j'ai compris que mon attitude victimisante les maintenait dans un cul-de-sac. En les voyant en victimes, je ne pouvais voir leur courage, leur persévérance, leur incroyable force de vie. En les voyant comme des héros plutôt que des victimes, je n'étais pas la même personne avec eux.

Quand Samuel est décédé, j'ai tout de suite pensé à ça. Il ne faudrait surtout pas que les gens voient mes enfants comme des victimes. Car cette différence de perspective se sent et quand une personne sent que tu crois en elle, ça se sent aussi.

Comment se sont passés les premières semaines, les premiers mois suivant le décès de Samuel ?

Je n'ai pas tout de suite senti le manque de sa présence parce que j'étais occupée à survivre ! Il fallait d'abord voir au fonctionnement du quotidien : la maison, les enfants, les détails liés au décès. C'est seulement une fois que j'ai constaté que notre famille tenait encore, peut-être six mois après son décès, que j'ai senti son absence au quotidien.





Le plus drôle, c'est qu'on m'aurait dit que j'aurais à vivre ça et je ne m'en serais pas sentie capable. Et pourtant, on le vit et on trouve les ressources... comme le dit Boris Lemay, « Tout comme le bonheur n'est pas pur, le malheur non plus. » Il y a des moments où je souriais, même tôt après son décès. J'ai alors douté de l'amplitude de mon amour envers lui, car je n'étais pas démolie, je fonctionnais. Pourtant, le deuil normal, c'est ça ! On vit quand même des moments de bonheur et oui, on y a droit ! Cela a été la partie la plus difficile dans mes relations avec les autres. Je n'osais pas trop dire que oui, j'allais bien, je me retenais.

Je tempérerais mes propos, parce que j'avais peur d'être jugée. C'est très souffrant aussi, de ne pas être honnête par rapport à ce que tu vis.

C'est donc dire qu'il y aurait un « protocole » du deuil ?

Je crois que oui. La société nous dit : « plus tu as aimé une personne, plus tu souffres. » C'est comme si on n'avait pas le droit de vivre notre deuil comme on le vit. Pourtant, le deuil est unique à chacun et à la nature de chaque relation. On ne vit pas de la même façon le deuil de son mari ou celui de son père. Et c'est possible de vivre du bonheur et éventuellement, d'être heureux à quatre, sans Samuel. La vie était bien différente, certes, mais ni mieux ni pire qu'avant. J'ai senti que le protocole du deuil nous empêchait de l'admettre ou de voir les belles choses qu'il peut rester dans la vie. Comme si le simple fait de le dire dévaluait l'amour. Pourtant non, j'ai adoré Samuel, j'ai été très amoureuse de lui et je peux quand même être heureuse après lui. Ça veut dire que je m'aime et que j'aime la vie, c'est tout.

Dans un deuil comme celui-là, l'enfant prend modèle sur le parent survivant.

Comment êtes-vous arrivée à vivre un deuil qui nous paraît alors presque serein ?

J'ai été très active dans mon deuil et je pense que ça a été extrêmement bénéfique. J'en ai parlé énormément et je suis allée chercher des réponses ! Pendant les six premiers mois, j'en ai parlé tous les jours avec une copine thérapeute jusqu'à une heure, deux heures par jour. J'avais besoin tous les jours d'évacuer ce que je pensais, de poser les questions même si on ne trouve pas toutes les réponses.

Quand on est active, on renonce à être une victime. On se dit : j'ai tel problème, qu'est-ce que je fais ? Pour moi, les pires moments ont été ceux où j'ai basculé dans la victimisation : « Pourquoi moi ? Il me semble que je ne mérite pas ça ! » Mais il n'y a pas de réponse à ça et c'est un questionnement circulaire, stérile. Le « pauvre petit de moi » est une position très souffrante. Et être active, ce n'est pas de s'étourdir à faire plein de choses : c'est prendre le temps de formuler ses questionnements et d'y répondre, d'écouter ses émotions et de les comprendre.



Dans le documentaire, vous dites qu'être victime c'est un cul-de-sac aussi souffrant que stérile. Mais peut-on faire autrement au début ?

Je pense que c'est un passage obligé. Mais rapidement, il faut voir que ça ne soulage pas. Il y a de la tristesse dans laquelle on peut se noyer et de la tristesse qui soulage. La tristesse dans laquelle on se noie, c'est d'être victime : ce sont des larmes qui font tourner en rond. Les larmes qui soulagent sont ancrées dans le moment présent : « je suis monoparentale avec trois enfants, c'est une grosse responsabilité. Je pleure parce que je suis angoissée et ça me fait du bien. » Les larmes qui soulagent nous rapprochent de la guérison.

Quel rôle le documentaire a-t-il joué dans votre deuil ?

Mon film a été une thérapie, rien de moins. J'ai pu consulter des experts en suicide, en deuil et aller chercher des réponses à mes questions. Mais surtout, en visionnant les séquences de notre voyage, j'ai pu vraiment voir que Samuel nous aimait. Et chaque fois que je le voyais à l'écran, je le voyais heureux. Oui, il était un homme qui

aimait la vie, un vrai épicurien. C'est donc possible d'aimer la vie et de mourir par suicide. D'ailleurs, ceux qui ont fait des tentatives de suicide le disent : ils voulaient mettre fin à la souffrance, pas à la vie.

Vous n'avez donc pas cessé de porter Samuel en vous...

Dans l'année qui a suivi son décès, Samuel a été plus près de moi que quand il était vivant. Une personne humaine est beaucoup plus que juste sa présence physique. Il était présent dans mes pensées, dans mon travail grâce au film et dans tout le processus du deuil que j'ai dû faire suite à son décès. À un moment, j'ai dû arrêter de me battre contre son décès, j'ai accepté qu'il était décédé et j'ai compris que Samuel était tellement plus que juste sa personne physique : il était dans mes souvenirs, dans nos trois enfants, dans tout le cheminement que je faisais et pourtant, il était décédé. Avant son décès, je voyais la mort comme une finalité. Plus maintenant.

Les larmes qui soulagent nous approchent de la guérison.

Après son décès, j'ai eu plusieurs rêves dans lesquels il me parlait. Je l'ai souvent senti près de moi. Je lui ai proposé une sorte de partenariat, lui, où il était et moi, ici. J'avais encore besoin de lui, pour moi et pour les enfants. Et je sentais qu'il pouvait quand même y avoir une relation, même si c'était seulement dans mon cœur. Les choses que je lui aurais dites de vive voix, je lui disais dans mon cœur. Et ça m'aidait.

La mort ne serait donc pas une finalité ?

Non, la mort met fin à une partie de la relation, mais pas tout. Et il faut nourrir ce qui reste. C'est ce que je fais avec les enfants : Félix a le sens de l'humour de son père, Andréanne est cinéphile comme Samuel, Élyse adore cuisiner comme son père. J'encourage ce lien qui unit les enfants à leur père. À comprendre que même si Papa est mort, il y a quelque chose qui perdure et qui vit à travers eux.

Et moi, je sais que je suis la personne que je suis en grande partie à cause de lui. Je suis beaucoup plus en paix et je me sens mieux que jamais. Comme si le décès avait décapé



le superflu et m'avait ramené à l'essentiel, aux valeurs profondes. Et plus on se rapproche de l'essentiel, plus on se rapproche de soi.

Aujourd'hui, je suis bien et je l'apprécie d'autant plus que mon mari a souffert de dépression. La santé mentale est le bien le plus précieux qu'on puisse avoir. Samuel avait tout : un beau couple, des enfants en santé, une bonne santé financière, mais il avait une santé mentale fragile. C'est tout ce qui lui manquait, finalement.

Où en êtes-vous dans votre deuil ?

Pour moi, le deuil, c'est l'acceptation complète du décès de l'être aimé. Dans cette perspective-là, mon deuil est complet. Mais ça ne veut pas dire qu'on n'a plus jamais de peine ou qu'on n'y pense pas. Quand on accepte, on ne résiste plus et on est en paix. Aujourd'hui, quand je pense à Samuel, je ressens un sentiment de gratitude pour tout ce qu'on a vécu ensemble et tout le chemin que cet événement m'a fait faire.

Je comprends maintenant que tout le contrôle que je pensais avoir sur la vie est illusoire. La permanence n'existe pas. Plutôt que d'engendrer de l'anxiété, je me dis : je n'ai pas de contrôle, alors il y a autre chose qui contrôle ma vie. Alors, plutôt qu'avoir confiance en moi, j'ai confiance dans la vie.

Et aujourd'hui ?

Je suis retombée en amour, avec un veuf! Ça m'a pris deux ans avant de sentir que je pouvais m'imaginer amoureuse de quelqu'un d'autre. Je ne cherchais pas l'amour et à 46 ans avec trois enfants, les chances étaient minces! Surtout, ayant déjà vécu 18 ans d'amour, c'était déjà bien plus que bien des gens.

Quand j'ai rencontré François, mon Dieu, quel cadeau! Quand on a mis une croix sur quelque chose et que ça nous est donné, c'est comme une renaissance. J'apprécie plus être avec François aujourd'hui que j'appréciais être avec Samuel. Pas parce que j'aimais moins Samuel, mais plutôt que je sais combien cela peut être éphémère. Puisqu'il a perdu sa femme, nous sommes les deux conscients de cette fragilité et nous savourons ce qui nous est donné. C'est réellement un cadeau. ■



Les arrangements préalables UNE SOLUTION POUR LE RESPECT DE MES VOLONTÉS



Faire ses arrangements funéraires préalables, c'est :

- faciliter les choix pour la famille et lui indiquer nos volontés quant à nos funérailles, en fonction de nos croyances personnelles et de notre budget;
- agir en consommateur averti, en prenant le temps de réfléchir à nos besoins;
- profiter de la tranquillité d'esprit que cette démarche peut procurer;
- permettre à nos proches de vivre une cérémonie d'adieu à notre image.

***C'est l'assurance de recevoir demain
des services au prix d'aujourd'hui.***

Votre arrangement préalable déménage avec vous!

Grâce à une entente entre les 27 coopératives funéraires du Québec, il est possible de transférer des arrangements préalables dans plus d'une centaine de localités au Québec.



LES COOPÉRATIVES
FUNÉRAIRES
DU QUÉBEC

Pour connaître la coopérative funéraire la plus près de chez vous ou pour obtenir de l'information sur les arrangements préalables :
819 566-6303, poste 21
www.fcfq.qc.ca • fcfq@reseaucoop.com

Choisir d'apporter les cendres avec soi

Par Maryse Dubé



Depuis peu, nous assistons à une pratique qui permet aux personnes endeuillées d'apporter les cendres après les funérailles. Bien que l'Église recommande de les enterrer ou de les placer dans un columbarium afin d'en faire un lieu de recueillement, au Québec, la loi permet aux endeuillés d'en disposer à leur guise, du moment que ce n'est pas contraire aux règlements municipaux.

Dans certains cas, la possession des cendres n'est que temporaire et n'est due qu'au délai entourant l'inhumation. Mais parfois, le geste a un caractère plus permanent et laisse supposer chez l'endeuillé une difficulté à surmonter l'épreuve d'une séparation définitive. Il est vrai que lorsqu'une partie de notre vie s'est écoulée auprès d'une

personne aimée, son absence peut s'avérer intolérable. Garder les cendres avec soi permet alors de conserver une impression de proximité avec l'être cher afin d'apprivoiser petit à petit la vie sans lui.

C'est ainsi qu'une mère de famille peut choisir de conserver les cendres de son époux, dans le but d'offrir à ses enfants une présence symbolique de leur père qui, dès lors, revêt un statut de confident et d'ange gardien. Toutefois, à vouloir conserver un lien à tout prix, il arrive parfois que le deuil en soit prolongé. Mais comme me disait une dame âgée qui venait de perdre son mari après cinquante ans de

mariage, quand les souvenirs sont tout ce qu'il nous reste dans la vie, pourquoi ne pas poursuivre les quelques pas qui nous séparent de la mort en faisant comme si l'autre était encore là. Pour cette dame, avoir les cendres de son mari à la maison était réconfortant et lui offrait l'opportunité de commenter, aussi souvent que le besoin se faisait sentir, des pans entiers de son histoire d'amour sans importuner son entourage.

Il va sans dire qu'apporter les cendres à la maison prive toute autre personne qui aurait souhaité avoir un lieu pour se recueillir auprès du défunt. Pour cette raison, et dans le but d'élargir quelque peu l'accès au défunt, certains opteront pour le partage des cendres dans des reliquaires (petites urnes). Un cercle restreint de proches est alors invité à

conserver une petite partie des cendres avec eux. Cette pratique incite toutefois à une réflexion d'ordre moral : en divisant les cendres en plusieurs parties, le corps ne conserve plus son intégralité. Ce désir de permettre à plusieurs de conserver une partie du disparu peut heurter certaines convictions.

Quoi qu'il en soit, peu importe les raisons qui motivent le choix d'apporter les cendres du défunt avec soi, il est important de bien connaître les répercussions que peut avoir ce geste dans votre vie avant d'emprunter cette voie. Car il n'est pas donné à tous de se sentir à l'aise en présence de cendres. Même les cendres d'un être cher peuvent amener des moments d'angoisse et provoquer des troubles de sommeil chez certains. De plus, surtout dans les premiers mois, le désir de retenir le défunt près de soi peut retarder l'évolution du deuil.

Apporter les cendres à la maison prive toute autre personne qui aurait souhaité avoir un lieu pour se recueillir auprès du défunt.

Afin de prendre une décision éclairée que vous n'auriez pas un jour à regretter, voici quelques pistes de réflexion qui peuvent aider à mieux cerner l'impact d'avoir les cendres de l'être cher avec soi :

- Si vous êtes en situation de « garde temporaire » des cendres, il serait souhaitable de trouver un lieu pour les entreposer avec tout le respect qu'il se doit, quitte à le demander à quelqu'un de votre entourage. Se retrouver avec les cendres dans le coffre de la voiture un certain temps ou devoir les entreposer dans la remise engendre souvent des remords à l'égard du défunt.
- Le fait de conserver les cendres peut aussi empêcher l'endeuillé d'assumer la réalité de la perte qu'il vient de subir. En voulant garder la même proximité qu'avant, il maintient une relation qui n'existe plus. Un jour ou l'autre, la réalité le rattrapera et peut-être alors trouvera-t-il plus difficilement le soutien de son entourage, pour qui le deuil sera chose du passé.
- Disperser les cendres prive à jamais les proches et la communauté de se rassembler près du défunt dans un lieu accessible, tels un columbarium ou un cimetière. Bien que les visites au cimetière ou au mausolée soient moins courantes qu'auparavant, cette pratique permet d'honorer nos morts dans un endroit qui leur est réservé. « Garder trace de nos morts nous permet de nous séparer progressivement d'eux. Le souvenir de



nos morts est inscrit dans nos cœurs pour toujours, et c'est tout le travail du deuil que de renforcer cette intériorisation. Dans ce processus, les traces du corps de celui qui est décédé attestent la réalité à la fois de l'existence et de la mort de la personne défunte.»¹ Toutefois, si tel est votre choix, avant de disperser les cendres du défunt, assurez-vous de vérifier la provenance du vent afin de vous le mettre à dos. Recevoir des cendres en plein visage devient rapidement une expérience traumatisante.

- Prendre la décision d'enterrer les cendres dans un coin de son jardin ou quelque part sur son terrain provoque souvent des regrets quand vient le moment de vendre la maison à un étranger. Du coup, tous les proches parents perdent l'accès à leur lieu de recueillement, sans oublier qu'il sera impossible de contrôler l'usage que feront les nouveaux propriétaires de ce qui était devenu un lieu sacré.
- Il se peut que, pour une raison ou une autre, l'urne tombe et se brise accidentellement. Voir les cendres ainsi étalées sur le plancher et avoir à les ramasser provoque un choc. Il se pourrait alors que l'endeuillé replonge dans la souffrance du deuil et qu'un tourbillon d'émotions refasse surface.
- À la suite du deuil d'un conjoint, certaines personnes placeront l'urne à l'honneur, bien à la vue dans une pièce de la maison. Dans le cas d'une nouvelle union, la présence des cendres pourrait créer un malaise et même provoquer des tensions avec le nouveau conjoint. Avoir à se départir des cendres de l'être cher dans de telles conditions ne se fait pas sans douleur et suscite un fort sentiment de culpabilité.
- Il serait sage de prévoir ce qu'il adviendra des cendres que vous conservez avant votre propre décès, afin qu'elles ne se retrouvent pas dans le fond d'un grenier ou, encore, qu'elles soient simplement jetées par vos héritiers. La même question devrait se poser lorsqu'un enfant demande à garder dans sa chambre une partie des cendres dans un reliquaire (petite urne). Il est important de vérifier avec lui, quand il grandira, s'il a toujours le même désir de les garder en sa possession. Dans le cas où il souhaiterait s'en départir, il serait approprié de choisir ensemble un petit rituel qui permettrait de déplacer le reliquaire qu'il possède vers un autre endroit.

Connaître les répercussions de ses choix permet d'éviter des blessures additionnelles à un moment de sa vie où on s'en passerait. Cela aide aussi à comprendre les raisons qui motivent à aller vers une direction plutôt qu'une autre, ainsi qu'à mieux cerner ses limites et ses besoins.

Votre besoin est de conserver les cendres avec vous? Nous vous conseillons d'associer l'arrivée et l'installation de l'urne à un *rituel d'accueil* où la famille proche et les amis pourraient être conviés. Entourer l'arrivée des cendres à la mai-

son d'un rituel significatif permet de garder à l'esprit le sens du sacré lié à une telle décision et évite de banaliser l'événement.

Entourer l'arrivée des cendres à la maison d'un rituel significatif permet de garder à l'esprit le sens du sacré lié à une telle décision.

Exemples de rituels possibles :

- Allumer une chandelle le jour de l'arrivée des cendres, ainsi qu'à toute autre date associée à la vie du défunt (naissance, mariage, décès, fête des Pères, etc.), est une façon d'honorer sa mémoire et de garder allumée la flamme des souvenirs qui vous ont liés.
- Choisir une musique d'ambiance que le défunt affectionnait et installer l'urne dans un endroit qui lui est réservé. Aménager quelques objets personnels du défunt et des photos le représentant.
- Convier les proches à un repas d'accueil où chacun serait invité à se remémorer de bons moments passés dans cette maison en compagnie du défunt.
- Installer un *coffret des mots* près de l'urne pour y déposer des messages à l'intention du défunt, ou pour lui demander du soutien quand le deuil se fait trop difficile.
- Disposez un tableau ou un bloc-notes près de l'urne, pour écrire ses états d'âme ou donner des nouvelles, telles « tu me manques » ou encore « je vais mieux ».
- Disposer des fleurs ou une plante verte à côté de l'urne pour illustrer que la vie continue.

Pour certaines personnes, le choix de conserver les cendres de l'être cher correspond à un besoin « vital » : il leur permet de surmonter l'épreuve qu'elles auront à traverser. Il est vrai qu'aménager un espace réservé au défunt amène l'élaboration de plusieurs rituels, parfois même quotidiens. Ces rituels incitent souvent à l'expression des émotions. Ils invitent aussi à prononcer quelques paroles affectueuses à l'égard du défunt, permettent de lui confier ses tourments et stimulent des périodes de recueillement.

Cependant, rappelez-vous qu'il est toujours possible de changer ultérieurement la destination des cendres. Vous n'avez qu'à contacter votre coopérative funéraire : un conseiller vous aidera à choisir la façon d'en disposer qui vous conviendra le mieux.

Maryse Dubé est cofondatrice de La Gentiane, un site d'entraide pour les personnes endeuillées offert par les coopératives funéraires du Québec.

Elle est une collaboratrice régulière de la Fédération des coopératives funéraires du Québec.

¹ Le Grand livre de la mort à l'usage des vivants (Michel Hanus), Albin Michel, 2007, p.202

Devenir membre d'une coopérative

Le premier pas vers la prise en charge de ses besoins

Par Réjean Laflamme, président
Fédération des coopératives funéraires du Québec



Les gens se demandent parfois quel est l'intérêt de devenir membre d'une coopérative funéraire. Après tout, on n'utilise le service qu'une seule fois... et encore là, c'est au moment de notre mort.

D'autres secteurs coopératifs ont plus de facilité à promouvoir l'adhésion à leur coopérative, principalement en raison de la notion d'usage. Quand on profite d'un rabais membre dans une coopérative d'alimentation, chacune de nos visites nous rappelle la pertinence d'être devenu membre.

Quand on a accès à un logement 20 % moins cher que sur le marché, on ne se fait pas prier longtemps avant de devenir membre d'une coopérative d'habitation. Les membres des coopératives agricoles constatent aussi régulièrement l'avantage d'être membre en raison des facilités d'approvisionnement et de débouchés pour leurs produits.

Dans une coopérative funéraire, les membres sont tout aussi importants, même si la notion d'usage est différente. Il en va de la participation à une coopérative comme de tout autre engagement social. La coopérative est un outil de changement social et économique. C'est un moyen qu'on se donne pour agir dans notre milieu.

Quel est le rôle d'un membre? D'abord, exercer un rôle démocratique. En assistant aux assemblées générales qui se tiennent une fois par année, le membre s'informe sur la santé financière de sa coopérative, il reçoit le rapport d'activité et le rapport financier, et il participe à l'élection des administrateurs. Il a son mot à dire sur l'administration et les grandes orientations de la coopérative.

Certains membres vont choisir de s'engager plus activement en étant élus au conseil d'administration. Ces élus sont mandatés par l'assemblée générale pour administrer les biens de la coopérative. Leur rôle (bénévole, rappelons-le) est fondamental dans la bonne marche des coopératives.

Le rôle du membre est également de contribuer financièrement à sa coopérative. Cette contribution est souvent symbolique dans notre secteur puisque la plupart des coopératives du réseau ont fixé à 20 \$ le prix de la part de membre. Mais quand on considère que certains membres font ensuite l'achat de parts privilégiées, les membres peuvent devenir une source de financement intéressante pour la coopérative. Plusieurs projets de modernisation ont été réalisés grâce à une contribution importante des membres, via l'achat de parts privilégiées. Les membres tirent profit de services plus adaptés et d'installations plus modernes, et se font rembourser leur argent au bout de quelques années.

C'est une façon différente de voir les placements : plutôt que de viser un rendement de 7 % avec leur argent, les membres qui achètent des parts privilégiées agissent sur leur milieu et se donnent une meilleure qualité de vie.

Les 7 000 familles québécoises qui ont utilisé les services d'une coopérative funéraire en 2004 ont économisé plus de 14 millions de dollars.

Les membres apportent aussi de la vitalité et de la crédibilité à une coopérative. Lorsqu'une présidente parle au nom de sa coopérative, elle représente 2 000 ou 20 000 membres. C'est un argument de poids lorsqu'il faut s'adresser aux médias, à un conseil municipal ou à un député. Le mouvement québécois des coopératives funéraires représente environ 150 000 membres. C'est beaucoup plus convaincant que de parler de 27 entreprises.

En adhérant à sa coopérative, le membre agit pour changer les choses. On peut déplorer le prix des services funéraires ou dénoncer l'arrivée des multinationales dans notre marché. Mais pour changer les choses, il faut agir. Et l'histoire démontre que dans chaque marché où elles sont présentes, les coopératives funéraires ont permis de freiner la hausse des frais funéraires, tout en offrant des services de qualité égale et souvent supérieure.

Les 7 principes coopératifs

Les principes coopératifs constituent les lignes directrices qui permettent aux coopératives de mettre leurs valeurs en pratique. Toutes les coopératives dans le monde sont guidées par ces principes.

- Adhésion volontaire et ouverte à tous
- Pouvoir démocratique exercé par les membres
- Participation économique des membres
- Autonomie et indépendance
- Éducation, formation et information
- Coopération entre les coopératives
- Engagement envers la communauté

Et finalement, être membre, c'est profiter de rabais sur les services funéraires au moment du décès (ou lors d'un arrangement préalable). Évidemment, on sera mort au moment d'en profiter, mais qui souhaite laisser une plus grosse facture à sa famille? Selon les plus récentes données disponibles, les 7 000 familles québécoises qui ont utilisé les services d'une coopérative funéraire en 2004 ont économisé plus de 14 millions de dollars. Les coopératives ont su développer un véritable impact économique et social. La capacité des coopératives funéraires d'injecter les surplus dans les services et dans l'économie locale a permis d'améliorer constamment ces services tout en freinant la montée régulière des coûts.

Adhérer à une coopérative funéraire, c'est poser un geste d'appui à un mouvement qui favorise les intérêts économiques de ses membres. C'est appuyer une organisation qui appartient à la communauté et qui favorise le développement local. C'est aussi profiter d'information transparente sur tout ce qui entoure le secteur funéraire. C'est affirmer notre fierté d'être maître d'une institution qui nous touche au plus profond de notre être.

Les trop-perçus d'une coopérative vont à tous les membres qui en font partie. Tout en offrant des services, elle enrichit un ensemble de citoyens en leur donnant un sens d'appartenance, une autonomie et une voix qui peut se faire entendre.

NOUS SOMMES RICHES...

...de nos valeurs

La solidarité

Chez nous, la solidarité et l'entraide, c'est permettre à des familles qui perdent un enfant de recevoir des services funéraires sans frais (jusqu'à 2500 \$) afin qu'elles puissent consacrer toute leur énergie à vivre cette épreuve, sans tracas financier.

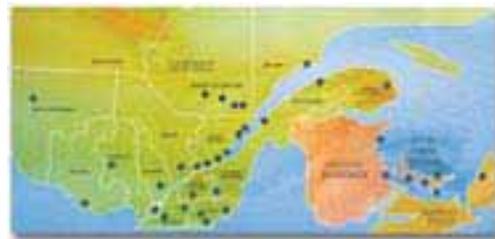


La démocratie

Les 27 coopératives funéraires du Québec appartiennent à plus de 150 000 Québécois qui ont choisi de faire confiance à une entreprise à propriété locale. Chaque année, la coopérative invite ses membres à une assemblée générale pour leur présenter le rapport de ses activités et son bilan financier. Les membres s'assurent ainsi que leur coopérative réponde à leurs besoins.

La compassion

Nous connaissons la peine que doivent vivre les familles en deuil. Voilà pourquoi nous offrons aux familles endeuillées des outils de soutien afin qu'elles puissent trouver du réconfort et de l'apaisement. Tous nos clients reçoivent sans frais la série de brochures *Après de vous* pour les soutenir dans leur deuil.



La coopération entre les coopératives

Grâce à une entente entre toutes les coopératives, les clients peuvent transférer un arrangement préalable dans plus de 70 localités lors d'un déménagement. Les membres profitent ainsi d'un avantage exclusif aux coopératives funéraires.

Nous sommes une coopérative funéraire !



LES COOPÉRATIVES
FUNÉRAIRES
DU QUÉBEC

La Symphonie : pour des funérailles riches de sens

Par Maryse Dubé

Pierre était un bon vivant qui appréciait la compagnie des gens. Il était connu de tous comme celui qui aimait prendre un coup sans jamais être déplacé. Pour ses funérailles, sa famille proche voulait faire un événement à son image. Comme Pierre n'était pas du genre à faire dans la dentelle, on opta pour quelque chose de simple. Et puisqu'il n'était pas croyant, on avait décidé qu'une courte cérémonie en présence des cendres aurait lieu à la maison funéraire plutôt qu'à l'église.

Fabien, son fils aîné, se chargea de rédiger un hommage pour son père en prenant soin d'y inclure quelques anecdotes liées à son penchant. Et comme il aimait vraiment cet homme, il alla jusqu'à lui offrir une urne aux contours s'apparentant étrangement à la forme d'une cruche à vin. De cette façon, se dit-il, son père ne se sentirait pas trop dépaysé le reste de son éternité.

Toujours sur le même élan, en guise de buffét, l'assemblée fut invitée à venir prendre une bouchée et trinquer à la mémoire du défunt au resto-bar du coin. De là où il était, Pierre devait certainement être touché par cette délicate attention – du moins, c'est ce que Fabien espérait – car les efforts investis dans le déroulement de cette cérémonie d'adieu avaient pour objectif principal de lui démontrer l'amour qu'il lui témoignait.

Aujourd'hui, de plus en plus de cérémonies sont comme celle de Pierre, c'est-à-dire personnalisées. Elles sont conçues en mettant l'accent sur le défunt, ses préférences, ses loisirs, ses passions. Il n'est pas rare de retrouver des agrès de pêche ou un chandail de hockey aux funérailles d'un sportif. À la rigueur, certains hommages prennent même l'allure d'un « bien cuit », ce qui généralement est reçu comme un vent de fraîcheur quand l'émotion est à son comble. Le rire devient ainsi une soupape appréciée, ce qui n'est pas mal en soi, à la condition de ne pas s'en servir pour fuir une saine expression des émotions associées à la tristesse d'avoir perdu un être cher.

Avec les funérailles personnalisées, on veut garder une certaine continuité entre la vie du défunt et sa mort. Dire au monde entier : « Voilà ce qu'il était, voilà comme on l'aimait. » Évidemment, on tentera de le présenter sous son plus beau jour et de faire valoir ses qualités. Une vie vient de se terminer, une vie de défis, d'épreuves à surmonter, une vie d'amour, de partage et de liens tissés mérite bien d'être soulignée.

À n'en pas douter, pour la plupart des gens, le défunt occupe la première place dans le déroulement des funérailles. Mais qu'en est-il des endeuillés? De la famille proche qui vient de perdre un des leurs? Peut-on concevoir qu'elle puisse occuper une place tout aussi importante? Certaines

Peut-il y avoir meilleur moment que des funérailles pour réaliser la fragilité de la vie... pour rendre hommage au défunt et à ce qu'il a légué... pour vivre son chagrin et recevoir du soutien...

personnes vont même jusqu'à dire que les funérailles sont surtout pour les vivants, afin qu'ils puissent recevoir le soutien nécessaire pour traverser l'épreuve qui les afflige. Dès lors, ce temps d'arrêt que constituent les funérailles devrait tenir compte de ce qui est bénéfique à l'évolution du deuil, donc, aux endeuillés tels que Fabien et sa famille.

Lorsque Fabien organisa les funérailles de son père, il régla tous les détails consciencieusement de manière à ne pas provoquer un surplus d'émotions, dans le respect de ce que son père aurait aimé. Mais il escamota un aspect majeur : il oublia de tenir compte de ses besoins personnels. S'il avait su que la petite bouchée prise au resto-bar du coin ne lui permettrait pas d'avoir l'intimité souhaitée pour évoquer des souvenirs et recueillir des gestes de solidarité, peut-être aurait-il fait autrement. Car l'ambiance de l'endroit, bruyante et impersonnelle, n'aida en rien à intégrer l'ampleur de la perte qui venait de le frapper.

De prime abord, il peut sembler évident qu'un endeuillé soit à même de mesurer l'impact de cette perte sur sa vie et de choisir ce qui lui fait du bien. Mais Fabien n'avait pas vraiment conscience de ce qui l'attendait. Comme la plupart d'entre nous, devant la mort, il a perdu tous ses repères. Dans un monde où l'accent est mis sur la productivité et la rentabilité, l'expression du chagrin n'est pas toujours aisée. Il arrive trop souvent que l'on choisisse de s'oublier afin d'éviter la prise de conscience nécessaire à un cheminement de deuil.

Par conséquent, le temps des funérailles se fait donc de plus en plus court... on espère ainsi s'épargner des peines et poursuivre sa vie sans trop sentir de souffrance. Et pourtant, peut-il y avoir



meilleur moment que des funérailles pour réaliser la fragilité de la vie... pour rendre hommage au défunt et à ce qu'il a légué... pour vivre son chagrin et recevoir du soutien...

Certes, il est difficile de laisser partir quelqu'un qu'on aime. C'est pourquoi ce temps d'arrêt qu'imposent les funérailles devrait se vivre dans un milieu propice à l'expression des émotions, entouré des siens, où le personnel en place peut aider les familles éprouvées à trouver un sens à tout ça.

Donner un sens aux funérailles, voilà un mandat que les coopératives membres du réseau relèvent avec brio en mettant l'accent sur une approche significative qui dépasse le fait de les personnaliser ou d'inventer des funérailles au goût du jour. Un mandat si important d'ailleurs que la Fédération des coopératives funéraires du Québec a décidé d'offrir aux coopératives membres un ambitieux programme de perfectionnement appelé La Symphonie. Un programme orchestré avec doigté afin de placer la mort au rang des grands événements de la vie, en la saluant de telle sorte qu'elle puisse modifier notre façon de vivre et nos rapports entre individus.

Les notes du premier mouvement de La Symphonie ont été lancées l'automne dernier. Des notes rassembleuses qui prennent leur élan dans le tempo des valeurs chères aux coopératives. En proposant des gestes et des rites qui sont bénéfiques à l'endeuillé, les coopératives démontrent encore une fois combien elles sont « riches de leurs valeurs ». D'une main empreinte de compassion, elles dirigent les familles vers une démarche de réflexion à propos de ce qu'elles souhaitent vivre et faire vivre à leur entourage lors des funérailles.

Peut-on terminer des funérailles sur un cercueil ouvert? Y a-t-il autre chose qu'une envolée de ballons pour illustrer l'envol d'une âme vers l'au-delà? Est-il souhaitable d'apporter les cendres à la maison? Quel rituel utiliser pour faire ses adieux? Voilà tout autant de questions que l'on est en droit de se poser quand un être cher vient de nous quitter.

Tenter d'y répondre, c'est saisir une occasion de déterminer ce qu'il importe de transmettre aux générations à venir en matière de rituels. C'est aussi se donner l'opportunité de participer à la création d'une œuvre qui restera gravée à jamais dans le cœur de chacun et dans la mémoire collective.

Quand ma belle-mère décéda l'année dernière, nous avons pu saisir tout l'importance de s'investir dans l'élaboration des funérailles. S'activer dans l'exécution de certaines tâches permet d'exprimer à l'être cher qu'on est encore disponible pour lui. Rapidement, la famille fut mise à contribution pour trouver un élément clé qui pourrait être intégré à la cérémonie. Une question bien anodine, mais qui cible directement le rôle que les coopératives entendent donner aux familles endeuillées. Les enfants se rappelèrent alors avoir vu leur mère manger des Chipits tous les soirs après sa journée de travail, et ce, depuis leur tout jeune âge. Un bol de pépites de chocolat fut donc installé devant son cercueil.

Le bol de Chipits représentait le répit de leur mère après une vie bien remplie.

Mais pour qu'un rituel puisse toucher l'assistance, il doit pouvoir être compris de tous. Voilà pourquoi, lors de l'hommage, un de ses fils expliqua ce que ce bol représentait pour eux : le répit de leur mère après une vie bien remplie. Au terme de son témoignage, l'assistance fut invitée à partager ce petit péché mignon à la mémoire de leur mère. C'est ainsi qu'en file indienne, les personnes présentes vinrent « communier » d'un même cœur à ce rituel de partage inspiré par une femme généreuse qui prenait plaisir à la vie.

Les gens qui étaient là en parlent encore comme de funérailles qui les ont marqués... pour les bonnes raisons : celles qui font vivre la mort avec émotion et respect, celles qui enrichissent la vie des qualités léguées par ceux qui nous ont quittés.





Là quand vous en avez besoin !

- Assurance vie **unique** à Promutuel
- **Automatiquement incluse** à votre police auto et votre police habitation
- Indemnité versée en **48 heures**

1^{er} Soutien, une garantie qui permet aux proches d'obtenir jusqu'à 5000 \$* pour rencontrer les obligations financières les plus urgentes lors du décès d'un assuré, peu importe la cause.

Renseignez-vous auprès de votre conseiller.

* Certaines conditions s'appliquent. Chaque contrat d'assurance habitation ou automobile donne droit à une indemnité de 2500 \$ (625 \$ si l'assuré a atteint l'âge de 65 ans au moment du décès). Cette protection couvre aussi le conjoint, si celui-ci est coassuré.



Assurance • Sécurité financière • Services financiers

Les sociétés mutuelles sont des cabinets en assurance de dommages, en assurance de personnes et en services financiers.

www.promutuel.ca

Laissons en héritage un environnement sain Pour que la vie continue!

Par Jasmine Sasseville



Comme toute activité économique, le secteur funéraire comporte ses propres défis pour réduire son impact sur l'environnement. Conscient de l'importance que cette valeur a pour nos membres, le mouvement des coopératives funéraires a entrepris depuis quelques mois une réflexion sur nos pratiques et sur les moyens de prendre soin de la planète... tout en portant un grand respect pour nos défunts.

Le secteur funéraire a ceci de particulier qu'il baigne dans l'émotion. À l'origine de tous nos services se trouve une famille qui vient de perdre un des leurs. Dès lors, notre travail est de mettre en œuvre un ensemble de gestes qui visent à reconnaître qu'une vie a été vécue et à saluer le départ du défunt. Tout au long des démarches, nous avons le souci de nous assurer que la famille et les proches puissent prendre conscience de leur perte et se plonger dans le deuil. Les rituels permettent à ceux qui restent de vivre ensemble les émotions qui suivent le départ d'un des leurs. Au cours de la dernière année, plus de 8 000 familles québécoises ont ainsi fait confiance à une des 27 coopératives funéraires pour les accompagner dans leurs cérémonies d'adieux.

Le défi est de trouver des moyens de réduire notre empreinte environnementale, dans le respect du défunt et des familles éprouvées.

L'ensemble de ces gestes a des impacts sur l'environnement, que ce soit au niveau de la disposition du corps, des transports, du lunch après funérailles, de l'utilisation des ressources telles que le bois, le papier, etc. Nous sommes conscients de cet impact. À l'autre extrême, nous ne croyons pas que de laisser partir un proche dans le dépouillement le plus total est une façon de permettre aux familles de saluer son départ dans la dignité. Le défi est donc de trouver des moyens de réduire notre empreinte environnementale, dans le respect du défunt et des familles éprouvées. Ces dernières sont d'ailleurs de plus en plus nombreuses à s'intéresser aux options plus écologiques développées dans notre domaine.

Une politique de développement durable

Notre mouvement a donc formé un comité de développement durable auquel siègent des élus et des employés des coopératives funéraires. Ce comité résulte d'une consultation dans le mouvement qui a identifié 9 chantiers sur lesquels œuvrer au cours des prochaines années. L'environnement a clairement été identifié comme une des priorités du mouvement. Le mandat de notre comité est

d'étudier les façons de faire, autant ici qu'ailleurs dans le monde, et de promouvoir des pratiques respectueuses de l'environnement. Pour nous accompagner dans notre démarche, nous avons demandé l'aide d'une ressource externe, soit Optim-Ressource qui agit en collaboration avec les étudiants du diplôme d'études supérieures en gestion et développement durable des HEC. Grâce à l'expertise de ce groupe, les membres de notre comité auront en main tous les outils nécessaires pour mettre en place une politique de développement durable.

Déjà, certains cercueils et certaines urnes plus écologiques sont disponibles dans les coopératives funéraires afin de répondre aux besoins des familles désireuses d'aller en ce sens. Notre objectif sera toujours de rendre ces options disponibles, dans le respect des valeurs de nos membres et de notre clientèle. Les clients demeurent libres de faire les choix qui leur conviennent. Nous faisons également des recherches sur les produits d'embaumement plus écologiques et sur les véhicules électriques.

Certaines coopératives du mouvement ont mis en place des programmes de gestion des déchets et ont modifié leur habitudes d'achat concernant les ampoules, les produits d'entretien, le papier, le café, etc. En plus de favoriser des échanges sur les bonnes pratiques du réseau, notre politique de développement durable viendra conscientiser nos gestes, implanter des nouvelles façons de gérer et promouvoir des pratiques plus vertes.

Et vous, qu'en pensez-vous ?

Même si beaucoup de ces gestes ont déjà un impact sur la qualité de l'environnement, nous trouvons important de recueillir vos points de vue afin de favoriser les actions les plus adéquates. Voilà pourquoi nous avons élaboré un sondage auquel nous vous invitons à répondre. Ce sondage vise à sonder vos goûts et vos convictions dans ce domaine, à vérifier certaines hypothèses sur des produits plus écologiques, bref, à savoir où se situent nos membres dans le domaine du développement durable.

Les résultats nous permettront d'identifier des moyens d'agir pour respecter notre planète. Votre opinion est importante pour que nos actions puissent vraiment refléter les préoccupations des membres. Car au-delà de la mort... il y a la vie.

Jasmine Sasseville est comptable agréée, fiscaliste et membre du Collège des administrateurs de sociétés.

Présidente de la Coopérative funéraire de l'Outaouais, elle préside aussi le comité de développement durable du mouvement des coopératives funéraires du Québec.

Le programme Héritage

Au-delà de la mort... il y a la vie

Guidé par nos valeurs, notre mouvement a décidé de poser des gestes concrets pour réduire le réchauffement climatique et contribuer à protéger l'environnement, au Québec et dans un pays du Sud.

La première initiative du mouvement des coopératives funéraires dans un objectif de développement durable a été de créer le programme Héritage. Par ce programme, nous visons à léguer un environnement plus sain en plantant des arbres et en réduisant l'impact de nos activités sur l'environnement.

Planter un arbre ... pour cultiver le souvenir

Le volet commémoratif du projet Héritage vise à planter un arbre à la mémoire de chaque défunt que nous avons reçu dans une coopérative. En plus de souligner le départ d'un proche, ce geste revêt un caractère environnemental porteur de sens pour nombre grandissant de personnes. Les familles sauront ainsi que la mémoire de l'être aimé continue d'être honorée sous la forme d'un bel arbre qui contribuera à protéger la vie.

Comme toute organisation, le fonctionnement de la coopérative engendre de l'émission de gaz à effet de serre, que ce soit pour l'utilisation de véhicules, les funérailles, les rencontres du conseil d'administration, le transport des défunts, etc.

Nous avons donc décidé de défrayer la plantation d'arbres pour couvrir l'impact de nos déplacements sur l'environnement. C'est là un geste responsable pour afficher clairement notre volonté de voir la vie s'épanouir... même au-delà de la mort.

Pour leur part, les visiteurs des salons funéraires seront invités à faire un don au projet pour compenser l'empreinte écologique correspondant à leur déplacement au salon. Leur don sera transformé en achat et en plantation d'arbres.

Pour l'année 2008, le mouvement a ainsi défrayé la plantation de 5 300 arbres dans le cadre du programme Héritage.

Ici et ailleurs Un projet qui prend racine

Ce projet comporte un caractère d'intercoopération nord-sud puisque les travaux de reboisement sont réalisés sur des terrains expressément identifiés au projet Héritage, l'un au Québec et l'autre au Guatemala sur l'initiative d'une coopérative forestière. Le membership de la coopérative forestière du Guatemala est composé de près de 50 % de femmes, ce qui est assez rare dans ce secteur.

Le projet Héritage présente une contribution des coopératives funéraires dans la recherche d'un environnement sain. Par son volet commémoratif, il offre aux familles un outil leur permettant de donner un sens aux funérailles.

Les membres du comité de développement durable

Jasmine Sasseville
Coopérative funéraire de l'Outaouais

Patrick Blais
Résidence funéraire de l'Abitibi-Témiscamingue

Garry Lavoie
Coopérative funéraire des Deux Rives

Annie Normandin
Fédération des coopératives funéraires du Québec



Pour répondre au sondage

Pour réduire les coûts et le gaspillage de papier, nous vous proposons deux façons d'y répondre :

En ligne à l'adresse fcfq.qc.ca, en cliquant sur l'icône Sondage sur le développement durable à la page d'accueil.

En nous contactant au 819 566-6303, poste 21 pour obtenir une copie papier du sondage. Nous vous l'enverrons par la poste avec une enveloppe-réponse.

J'aimerais savoir...

Par Monique Brisson

Vous vous posez des questions sur un sujet entourant la mort ou le secteur funéraire? Le mouvement des coopératives funéraires compte tout un réseau de personnes dévouées et compétentes qui se feront un plaisir d'alimenter ces pages.

Cette chronique nous a été suggérée par un membre de la Coopérative funéraire de l'Estrie, monsieur André Trahan, à qui revient l'honneur de poser la première question de cette nouvelle chronique.

Vous avez des questions? Faites-nous-les parvenir à :

Chronique J'aimerais savoir

Revue *Profil*
548, rue Dufferin
Sherbrooke (QC) J1H 4N1
Ou par courriel à profil@fcfq.qc.ca

Les personnes défuntes sont-elles chaussées dans leur cercueil lors de l'exposition du corps?

C'est une question très pertinente, car les familles sont souvent surprises lorsque nous leur demandons d'apporter des vêtements (incluant les sous-vêtements, les bijoux, les lunettes et les souliers) pour habiller la personne décédée : « Mais pourquoi? À quoi cela peut-il servir? On ne verra pas ses pieds n'est-ce pas? »

En effet, le couvercle intérieur du cercueil dissimule les jambes et les pieds mais, par respect pour la personne décédée, il est important de lui assurer un habillement décent et complet. De plus, ce couvercle, sur lequel on dépose généralement un coussin de fleurs, peut être soulevé à n'importe quel moment au besoin.

La famille peut donc être assurée que la personne décédée sera présentée avec dignité.

Je sensibilise aussi les familles sur l'importance d'apporter des vêtements pour vêtir la personne décédée, même si elles ont choisi de disposer du corps par incinération.

Une vie a été vécue.
Une personne aimée est décédée.
Il faut l'accompagner avec respect en considération pour ce qu'elle représente à ses proches.

Un habillement bienséant est le début du rituel funéraire qu'offre, comme moi, le personnel des coopératives à toutes les familles affligées.

Valérie Paiement
Thanatologue
Résidence funéraire de l'Abitibi-Témiscamingue



Comment parler de la mort avec nos enfants lors d'un décès?

Annoncer le décès d'un proche est toujours un moment très douloureux surtout quand il faut le dire à un enfant. Il n'existe pas de méthode parfaite. Par contre, quelques conseils peuvent vous aider.

Une chose est certaine, il ne faut pas tenir l'enfant à l'écart en pensant le protéger. Il est important de lui dire la vérité sans être obligé de détailler les circonstances de la mort. Même si ce n'est pas facile, l'enfant doit savoir que l'être aimé ne reviendra pas. Quel que soit son âge, l'enfant est capable de comprendre qu'il ne verra plus jamais la personne défunte. Évitez les histoires comme : « grand-papa fait dodo » : vous risquez que l'enfant attende le retour de la personne décédée. Les funérailles sont bénéfiques pour les enfants, elles leur permettent de comprendre ce qui se passe et de faire leurs adieux à l'être cher décédé. Nous pouvons également suggérer à l'enfant d'apporter un dessin, une lettre ou une fleur. Cette participation aura un impact positif sur son deuil.

Les enfants peuvent parfois vous questionner concernant la mort. Une explication simple, selon vos croyances, sera suffisante. L'important est d'être franc et sincère dans vos réponses.

Le comportement de l'enfant peut changer. Certains éprouveront des difficultés à l'école ou des troubles de sommeil. D'autres auront peu de réactions et sembleront indifférents. Ils ne veulent pas déranger leur entourage. Souvent, l'enfant deviendra triste une fois que sa famille ira mieux. L'important est de lui permettre d'exprimer ses émotions et de pleurer s'il le souhaite. Le dessin, le jeu, les contes peuvent aider l'enfant à nommer ce qu'il vit intérieurement. Il est aussi nécessaire de rassurer l'enfant en prenant soin de lui, en lui expliquant que ce n'est pas de sa faute et en lui disant ces mots simples : « je suis là, près de toi », « je m'occuperai de toi » et « je t'aime toujours autant ».

Jacinthe Fecteau
Conseillère aux familles
Coopérative funéraire
de la région de Coaticook



Doit-on ouvrir un compte bancaire lors d'une succession ?

Votre amie est décédée. La lecture du testament vous apprend qu'elle vous a nommé comme liquidateur de sa succession. Vous vous posez les questions suivantes :

1. Est-il nécessaire d'ouvrir un compte bancaire pour la liquidation de la succession ?

En agissant comme liquidateur, vous ne pourrez pas déposer les chèques faits au nom de la succession ni à votre compte personnel ni à celui de votre amie. Que la succession soit modeste ou substantielle, dès l'instant où vous recevez un chèque payable au nom de la succession, il sera nécessaire de le déposer dans un compte ouvert au nom de la succession de votre amie pour l'encaisser, payer les dettes et, ultimement, pour remettre l'héritage aux héritiers.

La plupart des épargnes, produits d'assurance, salaires ou vacances impayés et autres actifs seront payés au nom de la succession de votre amie plutôt qu'au nom des héritiers. Cela évite au payeur d'analyser le testament et d'identifier les héritiers. En payant au nom de la succession, le payeur vous confie la responsabilité d'utiliser l'argent conformément aux instructions du testament et se dégage des responsabilités qui en découlent.

En pratique, il est donc presque toujours nécessaire d'ouvrir un compte au nom de la succession.

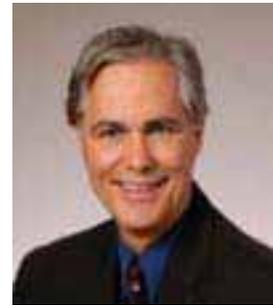
2. Est-il préférable d'ouvrir le compte auprès d'un notaire « en fidéicommiss » ou directement par vous-même auprès de votre institution financière ?

C'est un choix qui vous appartient. Le compte ouvert chez le notaire vous libère de la gestion des encaissements et des déboursés en bénéficiant du soutien du personnel du notaire ainsi que de l'expertise et des assurances du professionnel. Confier le compte de la succession à un professionnel ajoute une certaine transparence à votre rôle de liquidateur et vous rend plus indépendant au moment de prendre des décisions difficiles. Cela évite d'inutiles soupçons, justifiés ou non, des héritiers envers votre administration.

3. S'il y a plus d'un liquidateur, est-ce que tous les liquidateurs doivent signer les chèques ?

Bien que le testament puisse autoriser les mandataires à se déléguer certaines fonctions, il est préférable que tous les liquidateurs soient signataires de façon à éviter les malveillances et les conflits potentiels.

M^c Claude Drapeau
Notaire, planificateur financier
Collaborateur à la Coopérative
funéraire de la Rive-Sud de
Montréal



Monique Brisson a dirigé la Coopérative funéraire de la Rive-Sud de Montréal durant quelques années. Elle est une collaboratrice régulière de la Fédération.

Devenir membre d'une coopérative funéraire 10 bonnes raisons

Par mon adhésion à la coopérative...

1. Je choisis une entreprise qui se distingue par son approche humaine et professionnelle.
2. J'affirme mes valeurs d'entraide, de démocratie, d'équité et d'engagement envers le milieu.
3. Je réalise des économies sur les services funéraires.
4. J'encourage une organisation entièrement québécoise.
5. J'appuie l'économie locale et régionale.
6. J'obtiens des produits et des services de qualité qui répondent vraiment à mes besoins.
7. Je peux participer à la prise de décision et aux activités de ma coopérative.
8. J'ai accès gratuitement à de l'information objective et de la documentation pratique.
9. J'ai la possibilité de transférer mon contrat d'arrangements funéraires préalables dans 100 points de service au Québec.
10. Je joins un réseau qui compte plus de 150 000 membres présents partout à travers le Québec.

Un nouveau complexe funéraire pour la Coopérative funéraire JN Donais



La Coopérative funéraire JN Donais ouvrait officiellement en octobre dernier son tout nouveau complexe à Drummondville. Ce complexe ultramoderne offre des pièces éclairées par la lumière naturelle, une chapelle pour la liturgie, un grand stationnement et une salle de réception avec service de traiteur. Ce projet permet à la Coopérative d'offrir à la clientèle un lieu de rassemblement unique où tous les services sont réunis sous un même toit. Dans un esprit de solidarité et de coopération propre à notre mouvement, tout le réseau des coopératives funéraires applaudit cette belle réussite.



Vous déménagez ?

Assurez-vous de continuer de recevoir votre revue *Profil* et toute l'information provenant de votre coopérative en nous faisant part de votre nouvelle adresse.

Vous pouvez le faire de diverses façons :

En téléphonant ou en écrivant à votre coopérative funéraire. Les coordonnées de votre coopérative se retrouvent dans les pages centrales ou au verso de cette revue.

En envoyant un courriel à la revue *Profil* à profil@fcfq.qc.ca. N'oubliez pas d'indiquer de quelle coopérative vous êtes membre.

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 : fcfq@reseaucoop.com
Site Internet : www.fcfq.qc.ca

Direction : Alain Leclerc
Rédaction et coordination : France Denis

Conception graphique :
Infografik design communication

Impression : MJB Litho

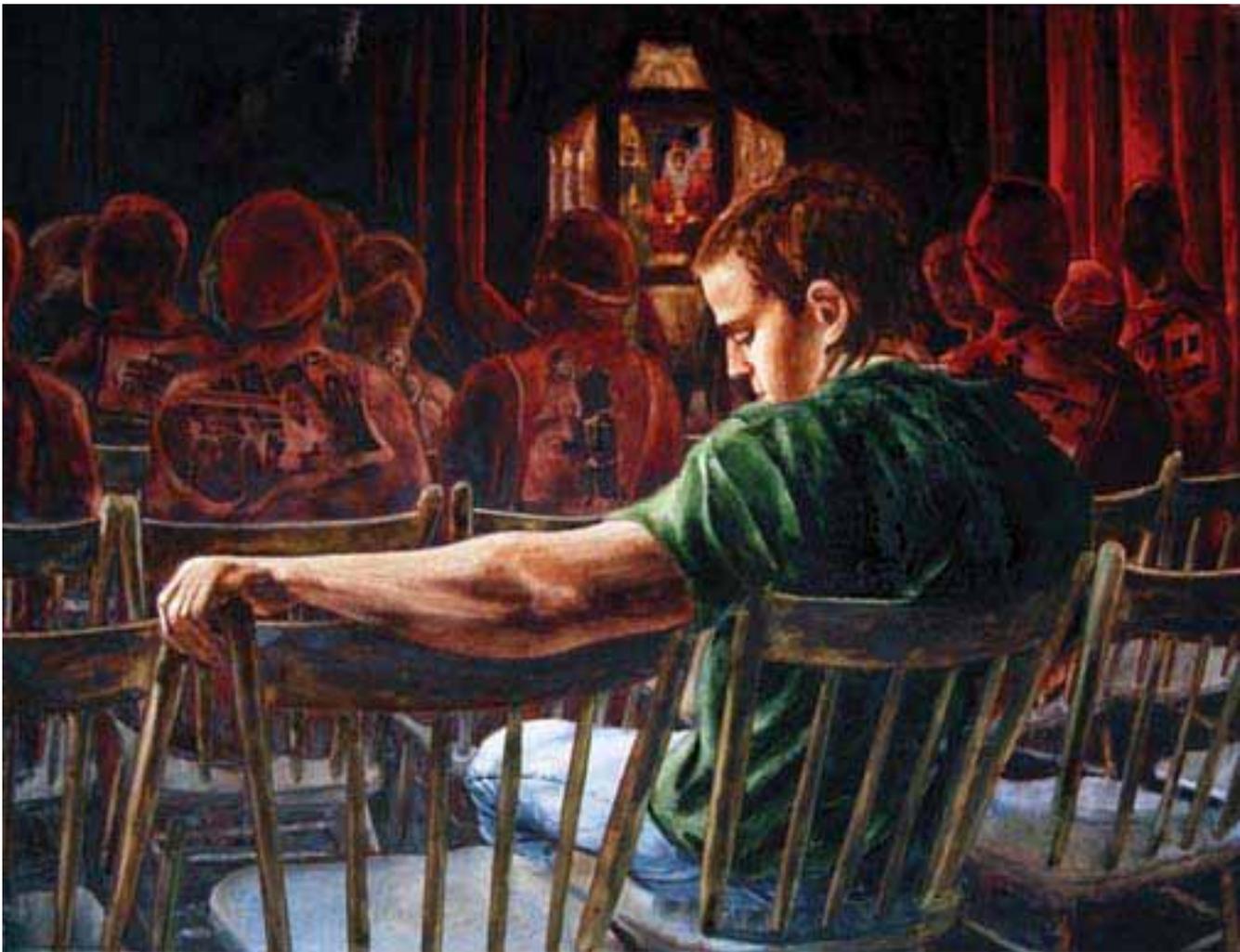
Coopératives funéraires participantes :
Coopérative funéraire des Deux Rives
Centre funéraire coopératif du Granit
Coopérative funéraire JN Donais
Coopérative funéraire de la Mauricie
Coopérative funéraire de l'Outaouais
Coopérative funéraire de la Rive-Sud de Montréal
Coopérative funéraire du Saguenay
Coopérative funéraire de Saint-Hyacinthe

Tirage : 55 500 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 : 2^e trimestre 2009
Bibliothèque nationale du Québec
ISSN 1205-9269
Poste-publication, convention no 40034460

Lâcher prise



1^{er} prix dans la catégorie professionnelle
Concours provincial des artistes peintres du Québec
organisé par les coopératives funéraires du Québec en 2008.

L'œuvre

Ce tableau est issu d'une pensée symbolique. Penser à la mort relève d'une réaction naturelle de l'être humain : la fin de sa vie.

L'arrière-plan laisse voir les ancêtres et les familles qui ont précédé celui qui vient de nous quitter et à qui nous dédions un dernier souvenir. Ces disparus sont ceux-là mêmes à qui nous ne pensons que très rarement ou lorsque nous perdons un être cher. Ces personnages qui nous ont précédés dans la mort ont ouvert la voie de notre futur. Ils sont là. Nous attendent-ils ?

À l'avant-plan, un jeune homme symbolise le présent et l'avenir. Pensif et recueilli, il se souvient. Il accepte la mort et honore celui qui vient de quitter.

Il a lâché prise.

L'artiste

Diane Forest habite Longueuil. Gagnante de plusieurs prix aux niveaux provincial et international, elle a été honorée à plusieurs reprises par la Ville de Longueuil.

Particulièrement douée pour le dessin dès sa tendre enfance cette passionnée de l'aquarelle approfondit constamment son approche picturale qui se remarque par son sens de la composition et le charme de ses interprétations réalistes.

Dessiner, peindre, enseigner et approfondir ses connaissances, voilà certaines des passions de cette artiste d'exception qui réalise des œuvres qui touchent le cœur et l'âme du public et des amateurs d'art.

Diane Forest

Artiste professionnelle, aquarelliste
450 445-3691
www.dianeforest.ca



Soutenir les parents en deuil



Un simple geste de **Solidarité**

Lors du décès d'un enfant de 14 ans et moins,
la Coopérative assumera les coûts reliés à ses propres biens et services,
jusqu'à concurrence de 2 500 \$, sauf lorsqu'un programme gouvernemental s'applique.

Le programme Solidarité est réservé aux membres de la Coopérative.



LES COOPÉRATIVES
FUNÉRAIRES
DU QUÉBEC