



## Lorsque la tragédie s'immisce dans la fratrie

Les frères et sœurs peuvent être les meilleurs amis ou ennemis – le même jour. Mais quand la tragédie frappe, les effets sur leurs relations sont profonds. Dans cette édition, nous voyons comment les fratries composent avec les blessures et les décès liés au travail.



### MESSAGE DE LA PRÉSIDENTE

*Karen Lapierre Pitts*

Ça semble une bonne chose que mon premier message à titre de présidente du conseil d'administration de Fil de Vie porte sur les fratries. C'est la mort de mon frère Jamie qui m'a fait découvrir Fil de Vie il y a 15 ans. Comme le disent les rédacteurs de cette édition, le chagrin des fratries est souvent

mal interprété. Fil de Vie offre un lieu où d'autres comprennent. Comme nous l'entendons souvent aux forums familiaux, aucun récit n'est « pire » qu'un autre; votre récit est pour vous le pire, car c'est ce que vous vivez. Nous espérons que la présente édition sera lue par de nouveaux membres familiaux et que ceux-ci seront réconfortés par les parcours de vie similaires.

Je sais qu'en acceptant ce poste je relève un défi de taille. Merci à Eleanor Westwood, notre présidente des deux dernières années, qui sera toujours au conseil d'administration. Comme membres, participants et partisans de Fil de Vie, je fais appel à vos idées et à votre contribution, et j'ai hâte de vous servir et de mener, comme vous, l'organisme vers l'avenir.

## DANS CETTE ÉDITION

### CHRONIQUES

Mon tout premier ami.....	2
Les questions que j'aimerais poser.....	3
La grande noirceur.....	4
Un avenir volé.....	5

### RUBRIQUE

#### SOUTIEN FAMILIAL

Qu'advient-il des fratries lorsqu'une tragédie liée au travail frappe? .....	6
--	---

#### RÉFLEXION

Poser des jalons.....	8
-----------------------	---

#### PROFIL D'UNE BÉNÉVOLE

Todd Smith.....	8
-----------------	---

#### PARTENARIATS ET FINANCEMENT

Ouvrir la voie à une plus grande participation ...	10
--	----

#### UN PAS POUR LA VIE

Des milliers de récits... et plus encore .....	11
--	----

# MON TOUT PREMIER AMI

de Nicole Lazaruk



Nikki et Bryan

**D**ans les fratries, les relations sont complexes. Nous étions amis, coéquipiers, concurrents et parfois ennemis mes frères et moi. Je me souviens de nos excursions en camping, des joutes de hockey auxquelles j'assistais, de notre cabane dans les arbres et de nos descentes à ski. Plus vieille, ce sont de nos repas en famille du dimanche dont je me souviens, des jeux de société et des rires qui les accompagnaient, des parties de base-ball, de la frénésie des mariages et des premiers bébés. Partager ces moments avec mon frère Bryan a été épatant. Je n'ai jamais pensé que ça prendrait fin.

Le 28 novembre 2012 – Je me souviens comme si c'était hier du moment où l'on a frappé à ma porte. J'ai su à cet instant même que quelque chose n'allait pas en voyant mon plus jeune frère Derek. J'ai su que quoiqu'il était arrivé, ma famille ne serait plus jamais la même. Dès qu'on m'a appris que Bryan n'était plus, je me souviens avoir pensé aux autres : comment mes parents réagiraient-ils, car perdre un enfant est le pire cauchemar. Comment ma belle-sœur réussirait-elle seule à faire vivre et à prendre soin de mes nièces tout en vivant un deuil? Il m'a fallu plusieurs jours avant que je puisse finalement songer à moi? Mon frère n'était plus. Je le connaissais depuis 27 ans. Il a été mon tout premier ami.

Je crois que le chagrin dans les fratries est souvent mal compris par les parents, familles et amis, et même parfois par les autres fratries. Le chagrin d'autres membres de la famille – comme des parents venant de perdre un enfant, un conjoint ayant perdu un partenaire ou en enfant orphelin d'un parent – lui fait ombrage. Il est important de se rappeler que même si chaque perte diffère, ce n'est ni plus ni moins, et il se pourrait que

d'autres souffrent aussi. Il importe d'être là et de se soutenir entre nous quand ces tragédies frappent.

« Comment vont tes parents? » « Comment vont la femme de Bryan et ses filles? » Ce sont là des questions que les gens me posent fréquemment, et même si j'apprécie toujours leur considération sincère sur notre famille, j'entends rarement quelqu'un me dire : « Je suis désolé au sujet de ton frère, et TOI comment vas-tu? »

Je n'ai pas seulement perdu un frère, mais d'une certaine façon bien d'autres parties de ma famille. C'est la dynamique familiale

qui est changée à jamais. Depuis la mort de Bryan, nos rencontres familiales ne sont plus les mêmes. Les repas du dimanche, c'est terminé; on joue moins et on rit moins. Nous essayons de passer du bon temps ensemble, mais il est clair que cette perte nous a tous profondément changés.

Je me souviens que certains événements marquants de la vie ont été pour moi très difficiles. Mon 31<sup>e</sup> anniversaire de naissance en est un. J'avais dépassé Bryan en âge. Il est difficile de constater qu'il ne voit pas grandir ses filles, de même que mes deux enfants; leur oncle leur manque beaucoup. C'est déchirant qu'il n'ait jamais eu la chance d'assister au mariage de mon plus jeune frère, Derek, ou de rencontrer sa fille; il n'a pas eu aussi l'occasion de voir son petit frère Jackson grandir et devenir l'homme qu'il est aujourd'hui.

Les membres familiaux souffrent tous différemment et leur réaction face à la mort leur est propre. Dans notre famille, nous avons toujours trouvé important de communiquer ouvertement entre nous et nous sommes capables de parler de Bryan

« J'entends rarement quelqu'un me dire : « Je suis désolé au sujet de ton frère, et TOI, comment vas-tu? »

J'arrive à composer avec la mort de mon frère de bien des façons. Faire part de ce que je ressens et parler ouvertement de Bryan m'aide. Ce qui me reconforte aussi, c'est de voir certaines choses qui me font penser à lui, comme des geais bleus ou des libellules, par exemple. En les voyant, cela me rappelle toujours qu'il est avec moi.

J'assiste aussi aux forums familiaux de Fil de Vie. Ce sont des lieux épatants et sûrs où je peux exprimer mon chagrin et composer ouvertement avec ma perte en compagnie d'autres familles et fratries qui vivent la même chose. Fil de Vie m'a aidé à guérir de bien des façons.



# LES QUESTIONS QUE J'AIMERAIS POSER

de Shelby Sandford

On entend souvent répéter la phrase suivante : « Ce sera plus facile avec le temps. » Même s'il est vrai que le deuil n'est pas un processus linéaire, je trouve ce processus plus difficile avec le temps à mesure que je vieillis. J'avais neuf ans quand mon frère Jimmy est décédé; j'étais une enfant. À cet âge, je savais ce que j'aimais faire, mais je ne savais pas ce que seraient mes passions dans la vie, comme la plupart des autres enfants à cet âge. J'avais mes amis, je dansais, j'aimais lire et dessiner. Même si je savais qu'il m'aimait beaucoup, ce n'est pas ce qui intéresse un homme de 30 ans. Jimmy était pour moi la meilleure gardienne qui soit. On courait dans son jardin et, contrairement aux autres adultes, il ne me laissait jamais gagner. Je me souviens l'avoir bousculé et appelé « Jim de la jungle » pendant que j'étais suspendu à ses basques comme un petit singe. Il n'y en avait pas d'autres comme lui pour m'influencer positivement. Nous n'étions pas encore amis, car j'étais trop jeune.

Maintenant que j'ai 22 ans, il m'arrive de m'arrêter et de me dire : « Wow, je ressemble beaucoup à Jim. » Nous avons beaucoup de traits de caractère en commun; nous ne le savions pas encore. »

Le réconfort, je le trouve dans des randonnées difficiles, celles qui font vraiment suer. Ma récompense me vient du travail stratégiquement préparé, jusqu'au dernier repas séché à froid. Je sais que Jimmy aimait camper à tout moment de l'année. J'ai vu des photos et j'ai entendu beaucoup d'histoires, mais j'aimerais lui demander pourquoi ça lui plaisait autant. Où était le défi? Est-ce qu'il campait l'hiver parce que c'était plus difficile, plus gratifiant, plus facile pour rassembler ses copains? Est-ce que le fait d'être dehors, entouré par la nature, avait le même effet sur lui que sur moi? C'est difficile à mettre en mots, mais si c'était le même sentiment, nous l'aurions su.

Lorsque Jimmy était là, je savais que j'aimais lire et écrire; j'adorais aller à l'école. Je sais maintenant que j'ai ce constant désir de lire plus, d'apprendre plus et d'absorber plus. J'entends papa parler de la soif de Jim pour le savoir, et là encore je me demande « pourquoi »? Il est rare d'entendre quelqu'un dire qu'il aime vraiment aller à l'école.

Ressentait-il la même chose que moi lorsqu'une nouvelle chose faisait sens? Avait-il le désir d'accroître son savoir et d'élever sa croissance personnelle? Je n'étais pas assez vieille pour avoir ces conversations.

Lorsqu'il est décédé, mon conseiller en deuil m'a suggéré d'étudier la psychologie à l'Université Western pour devenir moi-même conseillère. Vingt ans plus tôt, Jimmy avait obtenu un baccalauréat en sciences sociales de cette université. Je me souviens dans mon cours d'anthropologie en première année que nous avons parlé des cadeaux de Noël et de la problématique qu'ils soulèvent. Lorsque je suis revenue à la maison aux Fêtes, j'ai dit à ma mère que je n'étais pas sûre de vouloir faire des cadeaux à Noël. Elle m'a dit que lorsque Jim était à l'école, il avait dit la même chose; il voulait que l'argent aille aux œuvres de charité. J'aimerais tellement lui en parler. Avait-il suivi le même cours? C'est ce qui lui avait fait changer d'avis ou autre chose? Quels autres cours avaient retenu son attention ou changé sa vision du monde? Se sentait-il, comme moi, perdu après avoir reçu son diplôme?

Quand on parle du deuil, on parle souvent de ce qu'on a raté comme individus. Moi, ce qui me manque, ce sont les liens affectifs avec lui. Outre ce que j'ai personnellement perdu, Jim n'est plus là non plus. Il n'a pas vu sa petite sœur grandir, celle qui n'a pas besoin d'une pizza chaude servie rapidement et d'un film loué pour s'amuser. Je sens que les similitudes fortement ancrées dans nos personnalités auraient fait de nous, Jim et moi, de vrais amis.

J'aime vraiment Fil de Vie parce qu'on y dit que même si notre base à tous est commune, aucune perte n'est pareille. Ce que j'ai perdu diffère de ce qu'a perdu le reste de ma famille, mais cela a changé avec le temps, à mesure que je vieillis sans lui. Plus jeune, c'est mon grand frère, ma gardienne favorite et mon exemple à suivre, que j'ai perdu. Maintenant,



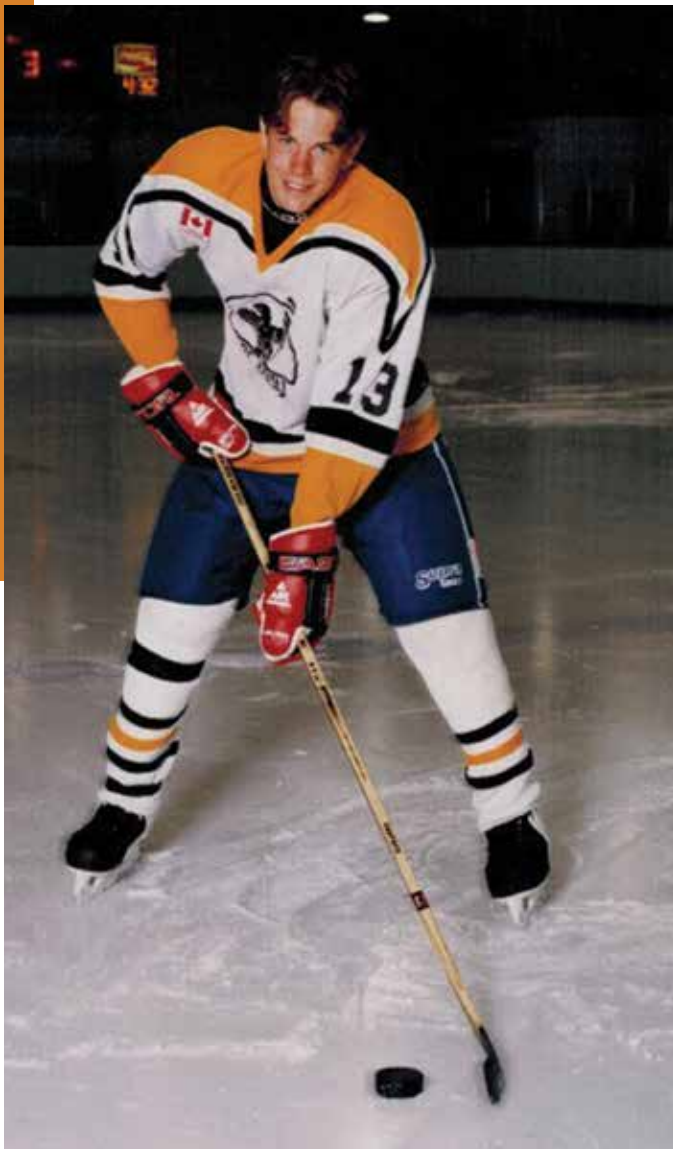
Jim était « la gardienne la plus branchée qui soit ».

c'est un ami que j'ai perdu, celui qui me comprendrait vraiment.

Je suis tellement reconnaissante à Fil de Vie qui m'a servi d'exutoire au cours des ans, de l'enfance à l'âge adulte. Mon processus de deuil est un parcours sans fin et il m'est difficile d'exprimer en mots combien je suis reconnaissante à Fil de Vie d'être là pour moi... mais, vous, vous me comprenez.

# LA GRANDE NOIRCEUR

de Sarah Wheelan



Il y a quinze ans, les lumières se sont éteintes sur tout le littoral de la côte Est, ce qu'on a appelé la « grande noirceur ». Mon frère Lewis est mort cette nuit-là, au petit matin du 15 août 2003. Il avait 21 ans.

J'ai encore la gorge serrée en parlant de la façon dont il est mort, surtout quand les termes sont très précis : disons qu'il a subi des blessures électriques au second jour de son emploi d'été; qu'il a survécu à ce qui est pratiquement impossible de surmonter; que toute notre famille avait le vertige en dévalant la montagne russe émotionnelle de ses blessures et de sa réhabilitation; que sa guérison progressait physiquement, mentalement, émotionnellement, spirituellement, et qu'enfin il est mort. Il est décédé si jeune et de manière si tragique. Sa mort nous paraît (toujours) inconcevable.

La mort, c'est la finalité, l'arrêt complet. On doit composer de manière abrupte avec la réalité, sans leur présence physique et avec le cri viscéral qui nous habite lorsque la personne aimée nous est enlevée.

Et sa mort n'a pas été plus douloureuse que de le voir souffrir et que d'avoir du chagrin pour sa vie physique.

Mon frère a souffert. Il a vécu plus de deux ans avec ses blessures qui l'ont fait souffrir énormément. Outre la douleur physique, il devait faire face à un corps très marqué par les brûlures, et le processus incompréhensible d'avoir à apprendre à vivre sans sa mobilité, son indépendance et ses aptitudes athlétiques, ce qu'il avait violemment perdu.

Il n'y a pas de mots pour témoigner de sa douleur, de son chagrin face à une vie perdue, de la douleur vive ressentie en voyant quelqu'un qu'on aime souffrir de manière vraiment indescriptible, en voyant mes parents chercher à rester « forts » pour lui, et en essayant nous aussi à faire pareil.

Quinze ans plus tard, j'éprouve toujours de la difficulté à mettre en mots ce que j'ai vécu, mais j'essaie pour une raison très importante : la mort n'efface pas la douleur qui l'a précédée. C'est réconfortant de penser que ses souffrances sont terminées, mais vivre avec les souvenirs est toujours aussi difficile. Le deuil de Lewis est chose du passé, mais pour notre famille et nos amis, il continue. Il n'y a pas de date de péremption pour le chagrin. Nous continuons d'avoir de la peine pour la vie qu'il a perdue, deux fois plutôt qu'une.

*Lewis Wheelan était de niveau bantam au hockey.*

## Le portail

de Marie Howe

Tiré de *What the Living Do* (W. W. Norton, 1997). Copyright © 1997 by Marie Howe. Utilisé avec la permission de l'auteur.

Je n'avais aucune idée que le portail que j'allais emprunter pour entrer finalement dans ce monde

serait l'espace d'abord creusé par mon frère. Il était un peu plus élané que moi : un jeune homme

ayant déjà grandi, ayant déjà lui-même mûri à vingt-huit ans, pour avoir déjà tout essayé

et rincé tous les verres qu'il aurait à rincer sous l'eau froide et courante.

C'est tout ce que tu attendais, comme il avait l'habitude de me dire. Et je disais « quoi »?

Et il disait : « Ça », en soulevant mon sandwich jambon moutarde. Et je répondais « quoi »?

Et lui disait : « Ça », en regardant tout autour.



# UN AVENIR VOLÉ

de Paulette Raymond

**J**'ai changé. Je le sais. Inutile d'essayer de le cacher ou de chercher à prétendre. Le fait de perdre mon frère m'a changé jusqu'au tréfonds de mon âme.

« Il est mort dans la solitude en ce soir de septembre, sans sa grande sœur à ses côtés, sans ceux qui l'aimaient. Seul. Je sens que de bien des façons, là est le point majeur. Je suis terrifiée.

Je l'amenaï à l'école, je l'aidais à faire ses devoirs, je le mettais au lit. Cela a aggravé mon chagrin. Ça l'aggrave toujours. Voyez-vous, j'ai perdu mon frère, mais je sens de bien des façons que j'ai aussi perdu mon enfant. Cette douleur déchirante, je l'ai ressentie le soir où l'on m'a téléphoné; elle est toujours là. Mes souvenirs de lui sont ceux de notre enfance lorsque nous construisions des maisons dans les arbres, pêchions sur le quai, plongeions dans la fontaine pour voler de la monnaie dans les jardins publics. Ces souvenirs en or peuplent mes journées, me font avancer.

Il est mort seul en ce soir de septembre, sans sa grande sœur à ses côtés, sans ceux qui l'aimaient. Seul. Je sens que de bien des façons, là est le point majeur. Je suis terrifiée... à l'idée que quelque chose arrivera à mes enfants, que je ne pourrai être là à ce moment-là, qu'ils mourront seuls aussi. Durant les trois premières années, cela a été ma vie.

Je ne voulais jamais être éloignée plus de 10 minutes de mes enfants. Imaginez le scénario avec une adolescente et deux jeunes adultes.

Je n'arrivais plus à traverser le pont en auto, à me rendre à mes rendez-vous qui m'éloignaient d'eux plus de 10 minutes, à vivre une vie normale. J'avais des crises de panique lorsque je ne trouvais pas mes enfants; j'étais inquiète jusqu'à ce que j'entende leurs voix et que je sache qu'ils allaient bien. Durant tout ce processus, je savais ce qui se passait.



Paulette est la sœur aînée de Tommy.

Je savais qu'il fallait que je fasse des efforts et que tout irait bien. C'est ce que j'ai fait et que je fais toujours, ou presque.

Il m'arrive parfois de regretter la personne que j'étais. Elle ne portait pas tout ce poids ni toute cette peine. Il n'y avait pas un vide là où naguère il y avait un cœur.

Le deuil cherche à s'abattre sur nous. Il devient un partenaire silencieux assis sur notre épaule. Il peut nous dévorer tout cru si on se laisse faire, mais il ne le faut pas.

Mon cœur souffre pour toutes les choses qu'il ne fera jamais, pour l'avenir qui lui a été volé, pour les membres de la famille qu'il ne connaîtra jamais, pour la joie de voir son fils devenir un homme.

Je suis une « entremetteuse » et cette fois... plus que jamais auparavant... je n'arrivais pas à tout arranger.

Je ne pouvais le ramener, je ne pouvais

oublier cette nuit horrible, je ne pouvais pas faire disparaître le chagrin que ma famille ressentait.

J'ai l'impression de ne pas avoir réussi à être sa sœur, sa confidente. Même si la logique me rappelle que je n'aurais pas pu le sauver ce soir-là, mon cœur me dit que j'aurais dû.

## Avez-vous un récit à partager?

Vous avez été personnellement affecté par une tragédie liée au travail et voudriez en parler dans notre bulletin, alors communiquez avec Susan Haldane à [shaldane@threadsoflife.ca](mailto:shaldane@threadsoflife.ca)



# Qu'advient-il des fratries lorsqu'une tragédie liée au travail frappe?

de Sarah Wheelan

Comme je porte le deuil de mon plus jeune frère mort de ses blessures subies au travail, j'ai passé beaucoup de temps à réfléchir sur les relations dans une fratrie – à leur complexité – pendant que je continue à apprendre à passer au travers et à porter cette perte. Que signifie être membre d'une fratrie? En quoi les relations sont-elles différentes? Comment vivons-nous notre deuil? Est-ce un fait universel?

Lorsque les tragédies liées au travail frappent, les personnes les plus affectées sont celles au point zéro : la famille est les amis proches. Les fratries affectées peuvent comporter des frères et sœurs ne se connaissant pas et d'autres ayant vécu ensemble jusqu'à l'âge adulte. Certains sont devenus des amis proches. D'autres se sont éloignés. Beaucoup ont eu des relations complexes ensemble, avec la belle-famille et avec leurs parents. Lorsqu'un membre de la fratrie meurt, comme toujours on fait le deuil de la relation qu'on avait et de celle qu'on voulait.

Tout cela pour dire que les relations dans les fratries sont compliquées, tout comme porter le deuil d'un frère ou d'une sœur. Cela dit, certains points communs sont à l'occasion soulevés dans ce cas-là.

- 1. Chagrin éclipsé.** On dit parfois des fratries qu'elles sont « le cortège funèbre » oublié, et pour cause. Il est facile de se sentir oublié lorsque votre perte est éclipsée dans l'ombre impénétrable de la mort d'un enfant. Comme fratries, nous sommes à la merci des évaluations subtiles et pas trop subtiles voulant que notre perte soit en quelque sorte « moins mauvaise » que la perte d'un enfant, d'un parent ou d'un conjoint. Faire fi de l'expérience vécue par un frère ou une sœur peut se traduire par des commentaires comme « Je suis désolée pour ton frère. Comment vont tes parents? » Évaluer le niveau de douleur ne sert qu'à enlever aux autres le droit de ressentir en profondeur leur propre perte, ce qu'il faut éviter.

2. **Perte d'identité.** Avoir le sentiment d'une perte d'identité est commun à toutes les pertes et une source de difficultés pour les fratries en deuil. En grandissant, on nous compare les uns aux autres –généreux/intelligent/créateur/athlétique/doux – et notre identité provient en partie des comparaisons entre frères et sœurs. Il semble inévitable que notre identité nous paraisse chancelante en raison du vide créé par leur absence.
3. **Fin abrupte de la relation de vie la plus longue.** Nos frères et sœurs sont nos premiers pairs, nos premiers amis. Nous nous attendons qu'ils soient là à toutes les étapes de notre vie. Ils sont à la fois les témoins de notre passé et les compagnons de notre avenir. Cela est vrai à tout âge et à tout moment dans la vie. De l'enfance à l'âge adulte, nous nous attendons à la présence de notre fratrie. Le fait de couper court à ce parcours blesse profondément, et d'une manière que d'autres fratries comprennent.
4. **Âge et évènements marquants.** Lorsqu'un membre de la fratrie annonce la mort d'une sœur ou d'un frère, il indique presque automatiquement l'âge, celui du défunt ou le sien au moment du décès. Même si je n'ai jamais vu d'études à ce sujet, je sais que je le fais et j'en vois d'autres le faire, notamment lorsqu'il s'agit de quelqu'un n'bas âge. La mort d'un membre de la fratrie brise l'ordre naturel des choses, tout comme le fait la mort d'un enfant. Avec la mort, l'âge n'est plus à l'ordre du jour. Durant toute votre vie, vous n'avez été séparés que par quelques années, et vous ne l'êtes plus. Lorsqu'un frère ou une sœur dépasse en âge le défunt de la fratrie, l'ordre qui aurait dû être dans la famille est interrompu. Pour ceux qui perdent un frère ou une sœur en bas âge, indiquer notre âge peut aussi servir de jalon dans notre propre développement, le moment où l'insouciance de la jeunesse se perd. Nos frères et sœurs restent figés à l'âge de leur décès, et à l'âge qu'ils n'atteindront jamais.
5. **Modification des attentes et de la dynamique familiale.** La façon dont la famille se positionne après la mort d'un membre de la fratrie diffère d'une famille à l'autre selon son fonctionnement ou dysfonctionnement. Il est clair cependant que la dynamique et les attentes s'orientent différemment lorsqu'un membre de la famille meurt, y compris un de la fratrie. Les frères et sœurs qui restent peuvent être appelés à prendre plus de responsabilités auprès des parents, nièces et neveux, et des autres frères et sœurs. Certains se sentiront invisibles et incompris. D'autres seront soudain hypervigilents auprès de leurs parents, ou absents et peu préoccupés, car ils vivent eux-mêmes un deuil.

Même s'il ne s'agit pas là d'une liste exclusive, j'en ai fait moi-même l'expérience et j'ai vu beaucoup de mes frères et sœurs vivre les mêmes défis, le cœur lourd. Comme membre d'une fratrie, votre deuil n'est pas moins important et affligeant que pour quelqu'un d'autre. Le deuil d'un frère ou d'une sœur est tout aussi unique que le lien fraternel, et personne ne sait vraiment ce qui a été perdu. Cela dit, j'espère que par la validation d'autrui, vous verrez que vous n'êtes pas seuls à sentir l'absence irremplaçable d'un frère ou d'une sœur.

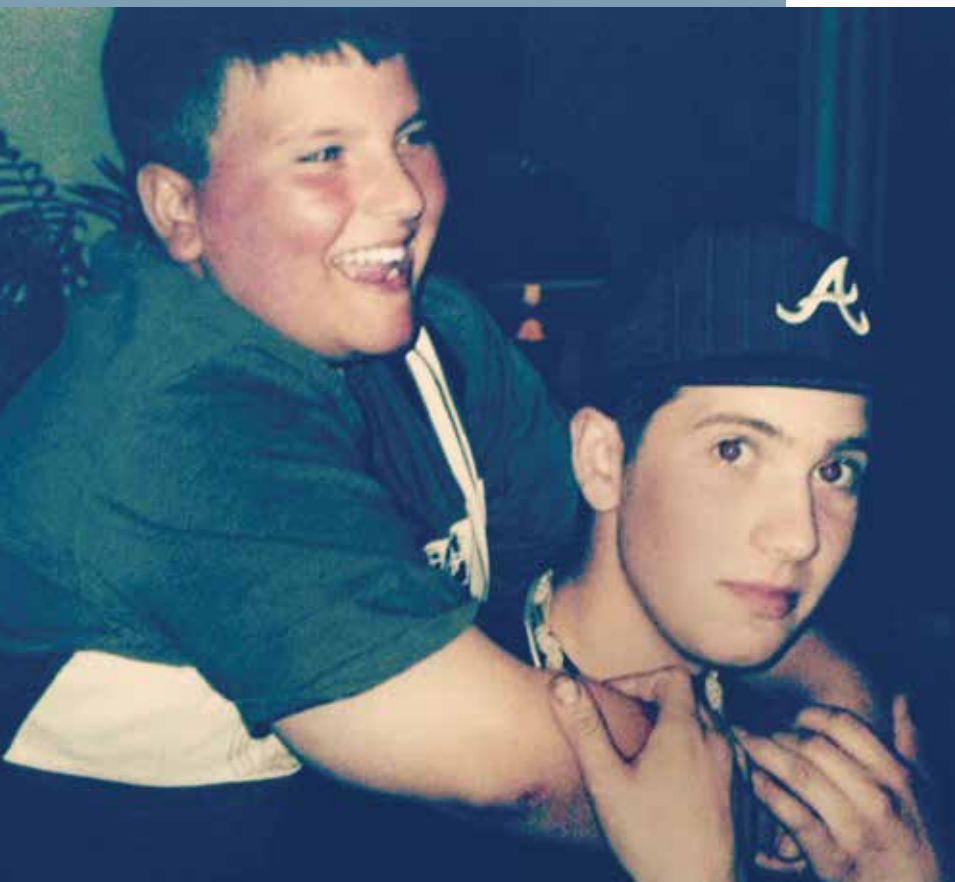
Vous aimeriez vous lier avec un membre d'une autre fratrie? Nous avons des guides familiaux bénévoles de fratrie et des séances réservées uniquement aux fratries à la plupart des forums. Tisser ce genre de liens favorise hautement la guérison et s'avère bénéfique pour beaucoup de membres de fratries – moi la première – et j'espère que vous chercherez à vous lier à des gens qui comprennent bien ce que vous avez perdu.

## Inoubliable.

Le livre de récits *Forget Me Not* raconte comment des vies ont été changées à jamais en raison d'une blessure grave subie au travail ou d'un diagnostic de maladie professionnelle. Utilisez son contenu pour élaborer une formation ou remettez-le aux nouveaux employés en phase d'initiation. Tous les profits seront versés directement aux programmes de soutien et aux services aux familles affectées par une tragédie liée au travail de Fil de Vie. Pour le commander, composez le 1-888-567-9490.







# Mettre les jalons

d' Alex Tuff

événements liés à l'âge surviennent : recevoir un diplôme collégial, acheter sa première voiture, se marier et avoir des enfants peuvent être des jalons qui rendent amer après la mort d'un frère ou d'une sœur. Selon le cours normal des choses, les frères et sœurs plus vieux font cela en premier. Il arrive souvent qu'un certain niveau de culpabilité s'installe dans la vie des frères et des sœurs plus jeunes lorsqu'ils constatent qu'ils jouissent d'un privilège que le défunt n'aura pas eu le temps d'apprécier. Quoique j'accomplisse, je me souviendrai toujours de mon frère, cette partie manquante dans ma vie.

Avec la tombée du 5e anniversaire, j'ai l'impression d'avoir accompli quelque chose. Donne-t-on des médailles pour ce genre de chose? La montagne russe émotionnelle a fait du garçon de 18 ans un jeune homme équilibré forcé de grandir et de chercher à

comprendre quelque chose qui, à ce moment-là, ne faisait aucun sens.

Même si je n'adhère pas à l'énoncé « ça ira mieux », je peux dire qu'on apprend avec le temps à diriger la montagne russe et à ressentir la perte aussi longtemps que nécessaire. C'est le petit piège avec le deuil. Il se faufile en vous. Il y a des jours où on se sent le maître du monde et d'autres où le ciel nous tombe dessus. Et c'est tout à fait correct! Voilà pourquoi on comprend si mal la perte d'un frère ou d'une sœur. Mes propres expériences m'ont appris; j'ai reçu beaucoup de messages qui m'ont fait ressentir que je devrais maintenant avoir tout surmonté.

La plupart des gens ne comprennent pas avant leurs vieux jours ce que signifie perdre un frère ou une sœur, car ils meurent de vieillesse ou d'un problème de santé. Il n'est jamais question de surmonter la mort, mais plutôt de se lever chaque matin, de laisser tomber le masque et de suivre le courant dans le moment présent. Lorsque j'aurai 24 ans, j'aurai sûrement peur que le fait de dépasser son âge veuille dire m'éloigner de celui qui aurait pu me donner sans problème une raclée lorsque je l'emmerdais.

Ces dernières années ont été très difficiles; j'ai essayé de trouver une nouvelle normalité. J'ai eu la chance de ne pas tomber dans un état de délabrement et j'ai vite découvert que faire attention à soi était la meilleure médecine pour moi : manger mieux, chercher à faire de l'exercice au quotidien et réduire les sources de stress. Il m'a fallu du temps pour comprendre que le dépasser en âge ne signifiait pas m'éloigner des bons et mauvais souvenirs ou des difficultés qu'on rencontre, mais plutôt aller vers un avenir prometteur tout en gardant en tête qui j'étais, avant, et qui je suis, maintenant. J'ai hâte de voir mes prochaines réalisations libres de culpabilité, sachant qu'il aurait été fier de moi.

Août 2018 marque le cinquième anniversaire de la mort de mon grand frère Kris dans un accident survenu au travail. On lui a dit d'entrer dans un réservoir mal nettoyé pour enlever un déflecteur utilisé pour réduire le débit de fluide, de liquide ou de gaz. Le déflecteur avait une paroi double et renfermait des émanations de diesel. Il y a eu explosion à ce moment-là et Kris a été mortellement blessé.

Cette année, j'aurai aussi le même âge que Kris lorsqu'il est mort. Il arrive que certaines familles qui vivent une perte trouvent difficile de vivre plus longtemps que les êtres chers les ayant quittées. C'est un concept bizarre lorsqu'on y songe! Est-ce que cela fait de moi automatiquement le plus vieux?

Ce jalon non désiré me rappelle que la vie est trop courte pour être prise à la légère. Je me demande souvent si Kris et moi étions les mêmes personnes. Six années nous séparaient; lorsqu'il avait 24 ans, j'étais un garçon immature de 18 ans. Je n'arrivais pas à imaginer que j'aurais un jour 24 ans. Malgré cet écart, la sagesse de Kris me portait à croire qu'il était beaucoup plus âgé. Je me demande maintenant si nos valeurs et nos aspirations étaient semblables. Je songe à acheter ma première maison et avec un peu de chance à quitter le nid familial, ce qu'il n'a pas eu l'occasion de faire.

Outre le fait d'arriver au même âge que la personne décédée, d'autres



# Todd Smith

de **Lorna Catrambone**

Todd Smith est un porte-parole passionné de la sécurité et de la prévention des blessures au travail. Il a lui-même vécu les effets dévastateurs d'une tragédie liée au travail. Son jeune frère Sean, un mécanicien, travaillait sous une limousine soutenue par un cric qui a lâché; l'auto est alors tombée sur Sean, l'écrasant et le tuant instantanément. Il n'avait que 26 ans.

Même si Fil de Vie n'existait pas au moment du décès de Sean en 2000, Todd a eu vent de l'organisation quelques années plus tard grâce à son père qui était bénévole lorsque Fil de Vie en était à ses débuts.

Il aura fallu plusieurs années à Todd avant qu'il se sente prêt à devenir bénévole à Fil de Vie, lorsqu'il a suivi la formation pour devenir conférencier. « Cela peut paraître étrange puisque mon frère est mort accidentellement il y a 18 ans, dit-il, mais j'avais un horaire chargé et après la tragédie j'avais beaucoup de colère, et je sentais que je ne serais pas très utile. Je suis arrivé à Fil de Vie seulement en janvier 2016. » Tout de suite après sa formation de conférencier, Todd a fait part de son récit dans l'édition du bulletin de l'été 2016.

Todd souligne que son meilleur souvenir comme bénévole à Fil de Vie fait suite à un discours qu'il a prononcé devant un grand auditoire du ministère du Travail de l'Ontario. « Le sous-ministre est venu me voir à la fin pour me remercier, mais aussi pour m'indiquer que mon récit et celui d'autres personnes n'étaient pas tombés dans l'oreille d'un sourd et qu'il ferait tout en son pouvoir pour apporter de vrais changements. C'est évidemment notre but à tous à Fil de Vie, et recevoir ce message des instances gouvernementales supérieures m'aide à continuer pour que le message soit entendu et que des changements soient apportés. » Outre son bénévolat comme conférencier, Todd a joué un rôle important dans le financement de Fil de Vie par son employeur, Terrapure Environmental, maintenant commanditaire national d'Un pas pour la vie.

Ultimement, Todd est bénévole pour aider son prochain et, par la même occasion, insuffler un changement. « J'ai décidé d'être bénévole à Fil de Vie parce que j'ai vécu très personnellement la tragédie liée à mon frère et que je peux m'appuyer sur ce vécu pour aider d'autres personnes à être attentives et à comprendre le besoin de mieux prévenir à l'avenir ces tragédies.

En faisant part de son récit, Todd laisse une impression marquante et contribue à la vision de Fil de Vie qui consiste à insuffler un changement de culture. « J'ai fait part de mon récit à bien des reprises à beaucoup de gens, tant à Fil de Vie qu'ailleurs, et j'ai eu l'occasion de rencontrer des gens des années plus tard qui disent se souvenir de ce que j'ai dit. C'est, selon moi, ce qui aidera à créer un changement, car la société doit changer son attitude sur la façon d'envisager la sécurité en milieu de travail. »



Todd Smith

## Un gros merci à Kate



C'est avec regret que nous avons fait cet été nos adieux à Kate Kennington, directrice du soutien familial. Durant ses dix années passées à Fil de Vie, Kate a occupé plusieurs

rôles, dont celui d'organiser les randonnées Un pas pour la vie et d'autres activités, de coordonner le bénévolat et d'être le lien entre les familles de Fil de Vie. Tant le personnel que les familles aiment Kate et nous lui souhaitons bonne chance dans ses nouvelles aventures.

# Ouvrir la voie à une plus grande participation

Fil de Vie connaît depuis 15 ans une croissance régulière dans son action sociale et dans le nombre de familles qu'il peut desservir. Il remercie en cela ses partenaires qui ouvrent la porte à de nouvelles familles, à plus de bénévoles et à une diffusion plus grande de ses messages auprès du public.

La Commission des accidents du travail de la Saskatchewan (la CAT de la Saskatchewan) a joué un rôle décisif pour la participation à Fil de Vie dans la province. Ces cinq dernières années, le nombre de membres familiaux a quadruplé dans cette province. Deux nouvelles randonnées Un pas pour la vie ont vu le jour et un certain nombre de bénévoles ont été formés comme conférencier ou guides familiaux.

La CAT de la Saskatchewan s'est engagée pour plusieurs années à financer les forums familiaux, la formation de bénévoles et de conférenciers, et à offrir d'autres types de soutien à ceux et celles affectés par une tragédie liée au travail.

La CAT est l'un des nombreux partenaires de Fil de Vie dont l'implication couvre bien plus que le financement. Les employés de la CAT aident à organiser Un pas pour la vie à Regina et à Saskatoon, et à faciliter les séances aux forums familiaux. Son conseil d'administration accueille occasionnellement l'un des représentants de Fil de Vie pour parler à son personnel de première ligne pour qu'il transmette l'information à ses clients.

« Pour la CAT de la Saskatchewan, il s'agit d'un partenariat qui fait du sens », précise Grant Van Eaton, directeur des services complémentaires. « Aider les gens à trouver Fil de Vie contribue au soutien de nos familles saskatchewanaises. En outre, prendre part aux initiatives de prévention de Fil de Vie correspond à notre engagement de la Mission Zéro. »

Bien que notre objectif est d'éliminer un jour toutes les tragédies liées au travail, Fil de Vie n'ayant plus ainsi raison d'être, nous sommes reconnaissants à nos partenaires qui nous permettent d'offrir nos services à ceux et celles qui en ont pour le moment besoin.



Grant Van Eaton de la CAT de la Saskatchewan, à droite, au forum familial avec Kelley Thompson de Fil de Vie.



## Votre contribution

Nos partenaires travaillent de concert avec Fil de Vie pour accomplir notre mission d'aider des familles à guérir et pour prévenir d'autres blessures dévastatrices, maladies professionnelles et décès liés au travail.

**Contribuer à un éveil :** les partenaires aident à passer le mot pour que tout le monde pouvant bénéficier des programmes de Fil de Vie sache ce que nous offrons.

**Contribuer au bénévolat :** les partenaires organisent des activités ou soutiennent les efforts de bénévolat de leurs employés.

**Contribuer à la participation :** les partenaires amènent plus de gens à s'impliquer à Fil de Vie.

**Contribuer aux revenus :** les partenaires commanditent des activités ou des programmes, font des collectes de fonds et des dons, et choisissent Fil de Vie comme œuvre de bienfaisance.

## Des milliers de récits... et plus encore

**Tous ceux et celles qui participent** à la randonnée Un pas pour la vie pour les familles affligées par une tragédie liée au travail ont leur propre récit. Que vous soyez randonneur, bénévole, donateur ou commanditaire, vous êtes personnellement motivé à vous impliquer.

Chaque année au Canada, près de 1000 travailleurs meurent en poste ou par suite d'une blessure ou d'une maladie liée au travail. Chacune de ces familles a un récit sur leur être cher. Ajoutez à cela les milliers qui se blessent au travail chaque année et dont les récits sont pleins de rebondissements. Un pas pour la vie offre la chance de présenter ces récits et de montrer les visages et vies derrière les statistiques. Nous espérons que vous serez nombreux à partager votre récit et les raisons qui vous font prendre part à Un pas pour la vie.

## Des milliers de raisons d'être bénévole. En voici une : **le récit d'Amanda Foran.**



Ma carrière a débuté comme professionnelle de la sécurité en 2009 après avoir travaillé dans les champs comme laboureuse, conductrice d'équipement et responsable du contrôle de la qualité. Dès mon entrée dans ce domaine, j'ai vite compris l'importance de la « sécurité » dans l'ensemble des processus de travail, mais aussi, dans tous les aspects de la vie...

En m'efforçant de trouver des moyens significatifs d'avoir un impact positif pour protéger et prendre soin de la vie des travailleurs, je m'appuie sur les récits des blessés au travail, et comme j'ai un cœur tendre, je ne peux m'empêcher de songer combien ces situations peuvent affecter quelqu'un, une famille, les amis et l'univers d'une personne. Quiconque a déjà perdu quelqu'un dans sa vie serait d'accord pour affirmer que les répercussions sont profondes et souvent négligées, à plus forte raison quelqu'un qui travaillait simplement pour subvenir à ses besoins et à ceux de sa famille... JAMAIS ça n'ira.

J'ai entendu parler de la randonnée Un pas pour la vie lorsqu'une amie proche (qui est aussi impliquée dans le comité organisateur) m'a demandé de venir voir l'activité à laquelle elle participait, et du coup j'ai compris. Non seulement il y avait là un organisme qui cherchait résolument à régler les blessures liées au travail et se montrait proactif dans son approche et ses messages, mais qui après une tragédie faisait office de soutien auprès des délaissés.

C'est là que l'expérience de bénévolat a débuté pour moi, et les récits m'ont énormément touchée comme professionnelle et comme personne, mais dans ce monde rempli de choses épouvantables, je sens que Fil de Vie est l'un de ses « phares » qui ramène les gens dans la lumière. Je souhaite aider à organiser la randonnée Un pas pour la vie pour transmettre cette lumière à ceux et celles qui en ont besoin, et continuer de faire tout ce que je peux pour éviter à quiconque de vivre une perte.

*Amanda est bénévole pour la randonnée Un pas pour la vie de Calgary. Vous pouvez aussi vous impliquer!*

*Pour en savoir plus, visitez le site [stepsforlife.ca](http://stepsforlife.ca) ou faites les premiers pas en communiquant avec le coordonnateur du développement régional de votre secteur :*

- Heather Lyle, directrice nationale d'Un pas pour la vie et responsable intérimaire, Canada section atlantique et Québec - [hlyle@threadsoflife.ca](mailto:hlyle@threadsoflife.ca)
- Lorna Catrambone; Canada section centre - [lcatrambone@threadsoflife.ca](mailto:lcatrambone@threadsoflife.ca)
- Lynn Danbrook; Canada section ouest - [ldanbrook@threadsoflife.ca](mailto:ldanbrook@threadsoflife.ca) Ou composez le 1-888-567-9490.

**Inscrivez à votre calendrier 2019 la randonnée Un pas pour la vie à l'intention des familles affectées par une tragédie liée au travail!**



## Tout sur Un pas pour la vie 2018 :

- 27 communautés ont accueilli les randonnées Un pas pour la vie au Canada
- Plus de 5000 personnes y ont participé, dont 383 équipes.

**Au printemps à prochain dans une communauté près de chez vous !**



## Activités à venir

Vous voulez plus d'information ou aimeriez vous impliquer? Dites-le-nous!

### Forum du centre -

28 au 30 septembre 2018 -  
Nottawasaga Inn, Alliston ON

### Forum des Prairies et de l'Ouest -

26 au 28 octobre 2018 - Saskatoon,  
SK, Saskatoon Inn et son centre de  
conférence

### Formation des Guides familiaux bénévoles

2018-19 : 24 au 29 janvier 2019

### Formation des conférenciers -

28 février au 3 mars 2019

## PARTAGEZ CE BULLETIN!

Faites-le circuler ou laissez-en un  
exemplaire dans la cafétéria ou à  
l'entrée pour que tous puissent  
le lire.



Le programme de normes Trustmark est  
une marque d'Imagine Canada utilisé  
sous licence par Fil de Vie.

## Pour nous joindre

Sans frais : 1-888-567-9490

Fax : 1-519-685-1104

Association de soutien aux familles  
vivant une tragédie du travail -  
Fil de Vie

C.P. 9066

1795, avenue Ernest

London (ON) N6E 2V0

contact@threadsoflife.ca

www.threadsoflife.ca

www.stepsforlife.ca

### RÉDACTRICE EN CHEF

Susan Haldane,

shaldane@threadsoflife.ca

### CONCEPTEUR

Chris Williams

chriswilliams@rogers.com

### COLLABORATEURS INVITÉS

Amanda Foran

Nicole Lazaruk

Paulette Raymond

Shelby Sandford Alex Tuff



Fil de Vie est un organisme caritatif canadien enregistré, qui soutient dans leur parcours de guérison des familles ayant vécu la souffrance causée par un décès, une blessure altérant la vie ou une maladie découlant du travail. Fil de Vie est l'organisme caritatif de choix dans bon nombre d'activités sur la santé et sécurité au travail. Numéro d'organisme caritatif 87524 8908 RR0001.

### MISSION

Nous voulons aider des familles à guérir, grâce à une communauté de soutien, et promouvoir l'élimination des accidents, maladies professionnelles et décès au travail.

### VISION

Fil de Vie mènera et insufflera un changement de culture qui rendra moralement, socialement et économiquement inacceptables les décès, maladies et blessures au travail.

### VALEURS

Nous croyons aux valeurs suivantes :

**La sollicitude :** prendre soin d'autrui pour aider et guérir.

**L'écoute :** écouter pour soulager douleur et souffrance.

Le partage : partager nos propres pertes pour guérir et prévenir d'autres tragédies dévastatrices du travail.

**Le respect :** les expériences personnelles de perte et de chagrin doivent être honorées et respectées.

**La santé :** c'est par notre savoir, notre cœur, nos mains et nos gestes quotidiens que s'amorcent la santé et la sécurité.

**La passion :** les gens passionnés changent le monde.

fil  
DE VIE

## Oui, je veux apporter de l'espoir à des familles et les aider à guérir

### Options de paiement

- Je veux faire un don mensuel  
 \$25  \$50  \$100  \$ \_\_\_\_\_
- Je veux faire un don unique  
 \$25  \$50  \$100  \$ \_\_\_\_\_
- J'ai inclus un chèque annulé pour procéder au prélèvement automatique mensuel
- Je donne à Fil de Vie en ligne au [www.threadsoflife.ca/donate](http://www.threadsoflife.ca/donate)
- Veuillez me tenir informé des activités de Fil de Vie par courriel à : \_\_\_\_\_

Visa  MasterCard

\_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|  
du compte \_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|\_\_\_\_\_|  
date d'expiration

NOM DU DÉTENTEUR DE LA CARTE \_\_\_\_\_

SIGNATURE \_\_\_\_\_

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE \_\_\_\_\_

ADRESSE (pour reçu d'impôt) \_\_\_\_\_

Fil de Vie, C.P. 9066 • 1795, avenue Ernest • London, ON N6E 2V0 1 888 567 9490 • [www.threadsoflife.ca](http://www.threadsoflife.ca)

Tous les dons sont déductibles d'impôt. Numéro d'organisme caritatif 87524 8908 RR0001.