

2020 Vision

Ah oui, 2020. Tanné d'entendre dire « sans précédent »? Nos membres familiaux ont eu à relever bien des défis en raison des changements. Nos partenaires et nous au Fil de Vie. Beaucoup de gens ont cherché à savoir si l'organisme allait bien et Shirley Hickman, notre directrice exécutive, répond à cette question dans ce numéro.

Photo par Andrea Piacquadio from Pexels

DANS CE NUMÉRO

CHRONIQUES

Voici le récit de Thomas Harroun	2
Quand la colère fait place à la guérison	4

RUBRIQUES

RÉFLEXIONS

Vision 2020 en imaginant 2021	6
Récit du parcours	7

SOUTIEN FAMILIAL

FFVN - Que sera la suite?	8
Plonger dans le chagrin et la mort	8

BÉNÉVOLES

Profil de bénévolat : Donna Van Bruggen	9
---	---

PARTENARIATS ET FINANCEMENT

Merci à nos partenaires!	10
--------------------------------	----

UN PAS POUR LA VIE

Nos familles comptent sur Un pas pour la vie	11
Prêt à tout!	11

MESSAGE DU PRÉSIDENT

Bill Stunt

Il paraît qu'essayer de nouvelles choses, c'est bon. Cet automne durant la Cérémonie du Souvenir, j'ai partagé pour la première fois en ligne le récit sur mon fils. Je suis au Bureau des conférenciers depuis des années, mais me retrouver seul face à un écran m'a paru étrange. Ce n'est pas l'idéal, mais c'est tout

ce que nous avons. Bien des gens m'ont joint après pour me dire combien ils avaient été touchés par le récit de Karl. Cela m'a montré qu'à Fil de Vie nous sommes une famille de soutien « tissée serrée », une famille qui regroupe des membres affectés par une tragédie en milieu de travail, du personnel, des partenaires et des commanditaires. Au nom du conseil d'administration, je vous remercie tous pour votre entraide et pour votre soutien à Fil de Vie cette année



Voici le récit de Thomas Harroun

Tommy « Core-4 » :
une création de sa
femme et ses filles

par **Shawna Harroun**

Nous nous sommes rencontrés en 1993, Tommy et moi. Après quelques mois à peine, je savais qu'il était l'homme avec lequel j'allais passer ma vie. Notre première fille, Hope, est née en avril 1995. Haley a suivi en 1998. Puis, nous nous sommes mariés en août 2008.

Tommy était un bon père de famille travaillant. Il aurait tout fait pour nous. Il aimait passer du temps avec ses filles en dehors du travail. Nous avions des billets de saison pour les Oil Kings. Il aimait regarder le hockey junior et aller en vacances en Colombie-Britannique. Il aimait aussi les montagnes. Tommy m'a toujours fait rire. Il nous appelait le « Core-4 », les quatre parties du cœur, et cela était sa priorité dans la vie.

La chirurgie a duré huit heures et il a été formidable. Je l'ai vu respirer pour la première fois avec ses nouveaux poumons 24 heures plus tard.

Tommy a commencé à travailler pour une manufacture de PVC le 8 janvier 1991. Il avait 21 ans. C'est au début de 1998 que les premiers essoufflements sont apparus. Après quelques visites aux urgences, les médecins ont décidé de faire une biopsie des ganglions lymphatiques et des poumons. Ils lui ont diagnostiqué une sarcoïdose. Il avait 27 ans.

Au travail Tommy s'occupait des mélanges, ce qui l'exposait à de la poussière et des produits chimiques. Dans ce temps-là, la sécurité ça ne comptait pas comme aujourd'hui. Il n'y avait ni masque ni respirateur, et la ventilation était mauvaise. Après avoir analysé son dossier, le



Shawna et Tommy Harroun

spécialiste de la médecine du travail lui a dit que ce n'était pas lié au boulot et qu'il pouvait continuer à travailler pour l'entreprise. Sa santé est restée stable jusqu'en juin 2010; c'est là qu'il s'est senti très fatigué à l'effort. Tommy avait perdu beaucoup de poids. Il était fatigué. Il disait que son commutateur était à zéro. Nous avons revu le même médecin qu'en 1998, qui nous a recommandé un pneumologue. Tommy a passé d'autres tests et on lui a dit qu'il aurait un jour besoin d'une transplantation de poumons, car les siens étaient endommagés et continuaient à se détériorer. Il a vu ce médecin tous les trois mois durant sept ans.

La chirurgie a duré huit heures et il a été formidable. Je l'ai vu respirer pour la première fois avec ses nouveaux poumons 24 heures plus tard.

Durant cette période, Tommy a aussi été aiguillé vers un autre spécialiste de la médecine du travail qui a fouillé son historique médical et son lieu de travail. Ils ont jugé que sa maladie était bel et bien liée au travail. Les fonctions de Tommy ont changé au bureau pour qu'il fasse du travail administratif. Tommy était une carte maîtresse dans l'entreprise, car il connaissait sa division comme le fond de sa poche. Il a continué à travailler à temps plein jusqu'à ce qu'il n'en soit plus capable.

En mai 2012, il a fallu l'alimenter en oxygène. Tommy était très conscient de son état, car il était encore jeune. À 42 ans, il avait l'impression que tout le monde le dévisageait. Avec les maladies pulmonaires vient la présupposition d'usage de la cigarette et Tommy était fumeur dans sa jeunesse. Le

pathologiste qui a étudié ses poumons nous a dit que la cigarette n'a pas eu d'incidence sur sa maladie pulmonaire.

La maladie pulmonaire de Tommy a été stable de 2014 à mai 2017, mais ça devenait chaque jour plus difficile pour lui. Il a continué à travailler à temps plein sans jamais se plaindre de ses problèmes respiratoires. Il travaillait au moins huit heures par jour, puis revenait à la maison, épuisé, et se couchait. Bien des choses lui échappaient les week-ends, car sa semaine de travail l'occupait beaucoup et le fatiguait.

En mai 2017, son pneumologue a décidé de procéder à une réduction du volume de ses poumons pour faciliter sa respiration. Tommy n'a plus eu besoin d'alimentation en oxygène après l'opération et il avait un peu plus d'énergie. Il a finalement pris congé pour récupérer.

Le 8 janvier 2018 a été à notre insu son dernier jour de travail. Ses niveaux de saturation en oxygène étaient très bas. Tommy a passé cinq jours à l'hôpital, car on soupçonnait qu'il avait contracté une infection. Il était à nouveau alimenté en oxygène et il a passé les quelques semaines qui ont suivi à la maison à recouvrer sa santé. Cependant, on l'a admis de nouveau le 28 janvier et le 30 janvier 2018 il était aux soins intensifs. Les médecins m'ont dit que les choses n'allaient pas bien. On l'a envoyé en ambulance aux soins intensifs de l'hôpital universitaire le 31 pour être vu par les spécialistes des greffes. On nous a indiqué que sa maladie pulmonaire était en phase terminale et qu'il y aurait bilan de greffe. Le 2 février a été accablant. Tommy a subi plusieurs tests (ultrasons, prises de sang, angiographie

du cœur). Les travailleurs sociaux sont venus nous parler. Nous avions très peur ne sachant pas ce qui allait arriver. Mais le lendemain, 3 février, nos prières ont été exaucées. Tommy a reçu de nouveaux poumons!

Tommy a toujours souffert d'anxiété à l'idée de perdre son emploi et de ne pas pouvoir prendre soin de nous, voilà pourquoi il a travaillé si longtemps.

La chirurgie a duré huit heures et il a été formidable. J'ai vu mon mari respirer pour la première fois avec ses nouveaux poumons 24 heures plus tard. Comme nous, Tommy était reconnaissant pour cette seconde chance. Il a passé 18 jours à l'hôpital après la greffe, et je me souviens qu'après son réveil, il a dit presque tout de suite qu'il serait maintenant capable de voir ses filles se marier et avoir des bébés. Il était si reconnaissant d'être en vie. Tommy a passé les trois mois suivants entre la maison et l'hôpital pour voir l'équipe de greffe, et avoir des prises de sang et de la physiothérapie respectivement deux et cinq fois par semaine. La liste des médicaments quotidiens était longue. Jamais il ne s'est plaint. Tommy envisageait l'avenir avec passion. J'étais chaque jour étonnée par son puissant désir de vivre. Trente-trois jours après la greffe, Tommy et moi avons eu l'occasion de voir ses vieux poumons. Nous avons tout remis en perspective. Le pathologiste était étonné de voir qu'il avait pu travailler avec des poumons aussi malades.

Le 17 mai, Tommy a marché 5 km au profit de l'Alberta Transplant Association. Les filles et moi étions persuadées qu'il ne réussirait jamais, mais il y est arrivé. Ce fut vraiment un jour rempli d'émotions, car jamais dans le passé il n'aurait réussi à faire cela. Notre avenir s'annonçait bien prometteur. Il allait pouvoir faire ces choses avec les filles et moi. Il aurait de nouveau de l'énergie et ne serait plus essoufflé.

Or, tout peut changer en un rien de temps. Le 1er juin 2018, Tommy était de retour à l'hôpital. Il n'était pas dans son assiette et avait une forte fièvre. Une radiographie des poumons a révélé des nodules. Le lendemain il a subi une tomodensitométrie du foie et des reins. Une biopsie du foie faite d'urgence a révélé cette fois un cancer.

Mon monde a chaviré. Mon meilleur ami des 25 dernières années a appris que son temps était compté. Le médicament qui devait maintenir mon mari en vie avait fait l'inverse. Les médecins ont conclu qu'il avait peut-être une petite tumeur sur la vessie. Lorsque Tommy a commencé à prendre les médicaments anti-rejet, le cancer s'est vite répandu, son système immunitaire ne pouvant le combattre. Il y a eu un tourbillon

d'émotions : comment allais-je pouvoir vivre sans lui? Comment annoncer aux filles que leur papa allait mourir malgré nos espoirs? Nous étions toutes bouleversées. Nous avons passé les 10 jours suivants à l'hôpital et le 14 juin 2018, en matinée, j'ai vu mon mari rendre son dernier souffle. La maladie pulmonaire avait gagné et emporté mon meilleur ami. Le papa de Hope et de Haley s'en est allé à 48 ans. N'eût été le donneur d'organe et sa famille, nous n'aurions pas eu ces quatre derniers mois avec lui. Ce geste altruiste lui a permis de pouvoir courir et de marcher, et surtout de respirer. Tommy était si reconnaissant et disait qu'il prendrait soin de ses poumons. S'il en avait eu la chance, il l'aurait fait. Les filles et moi sommes très reconnaissantes à la famille et au donneur pour cette seconde chance. Il la méritait.

Tommy a toujours souffert d'anxiété à l'idée de perdre son emploi et de ne pas pouvoir prendre soin de nous, voilà pourquoi il a travaillé si longtemps.

Nous rencontrons bien des gens dans ce parcours et j'ai espoir que sa mort aura du bon. L'Association pulmonaire de l'Alberta organise chaque année une randonnée en mémoire de Tommy (« Tommy's Run »). Tous les profits sont versés au Centre de réadaptation Breathing Space pour les greffés et leurs soignants. Ils pourront aider bien des patients et leurs familles.

Je retiens de tout cela que la vie est très courte et ne tient qu'à un fil. Je tiens à parler de ce que Tommy a vécu pour que d'autres gens n'aient pas à vivre ce que nous quatre

avons vécu en famille. En fin de compte, SOYEZ EN SÉCURITÉ. Tommy a toujours souffert d'anxiété à l'idée de perdre son emploi et de ne pas pouvoir prendre soin de nous, voilà pourquoi il a travaillé si longtemps. Maintenant que mon meilleur ami est parti, j'essaie de vivre sans lui. Il était tout pour moi. J'avais emménagé avec Tommy après avoir terminé mes études secondaires. Maintenant, j'essaie de figurer comment survivre et vivre sans lui.

Notre fille aînée a choisi d'étudier l'inhalothérapie et termine sa deuxième année, et notre benjamine a choisi d'aller en ressources humaines. Elle est en troisième année. Elles sont toutes deux devenues ma raison de vivre comme Tommy l'aurait souhaité. Nous étions toute sa vie. Mon but dorénavant est d'aider les autres et de raconter ce que Tommy a vécu pour préserver sa mémoire. J'espère qu'à la lecture de ce récit vous déciderez de mettre un masque ou un EPP, ne serait-ce que pour un moment. Il y a encore des gens qui au travail décident de ne pas se protéger, ce qui me semble tout à fait aberrant. Toutefois, il y a des employés qui n'enlèvent jamais leur masque et des gens qui ont cessé de fumer après la mort de Tommy. J'ai choisi de retourner là où Tommy et moi travaillions ensemble, même si cela a été difficile, mais ils comprennent ma détresse certains jours.

Tommy était un mari et un père remarquable. Il manque à bien des gens. Il avait un grand cœur et aurait mérité d'être ici plus longtemps. Chaque jour je m'interroge sur la raison d'une vie écourtée si tôt et sur ce que nous aurions pu faire autrement. Il y a des jours où, honnêtement, je ne sais pas comment je vais m'en sortir. Il me manque plus que vous ne pourriez l'imaginer. J'ai pour devise « un jour à la fois », aussi cliché que cela puisse sembler. J'ai choisi d'aller de l'avant. Je sais que Tommy aurait voulu mon bonheur.



Tommy « Core-4 » : une création de sa femme et ses filles

Quand la colère fait place à la guérison

Un bon vivant tué par un pistolet goujonneur

par Cori Gervais



Russell et Cori

C'était un jour comme les autres. Enfin, pas tout à fait. Russell s'est levé plus tard qu'à l'habitude, a trop fait cuire son petit-déjeuner et filé au travail. Mais il m'a embrassé sur la joue, m'a dit qu'il m'aimait et a traîné ses grosses bottes de travail jusqu'à l'étage pour embrasser nos deux petites filles endormies, avant qu'elles aillent à l'école.

Jamais l'idée ne m'a traversé que ce serait la dernière fois que je le verrais.

On ne pense jamais que ça va arriver à notre famille. C'était mon cas. J'étais une bonne mère, une bonne épouse, amie et fille. Je trimais comme infirmière, et j'éprouvais de la compassion pour ceux qui entraient dans ma vie. Je prenais soin d'eux. Ce n'était pas la perfection, mais ça allait bien. J'avais rencontré mon mari à 18 ans et j'étais heureuse d'avoir bâti ma vie avec lui.

Nous nous sommes rencontrés lorsqu'il est venu d'Écosse comme figurant (acteur) dans un téléfilm tourné dans mon village. On s'est lié d'amitié en déconnant et en appréciant être ensemble. Il y avait quelque chose de spécial en lui : sa chaleur, son merveilleux accent, sa gentillesse et sa force. Il est venu me visiter l'année suivante et nous sommes restés en contact. J'ai finalement déménagé en Écosse pour être avec lui. Plus tard, je suis revenu au Canada pour étudier et il m'a suivi. Nous nous sommes mariés un jour glacial de janvier. Le gros mariage a eu lieu en septembre avec tous

nos amis et la famille. Beaucoup sont venus d'Écosse pour assister à la cérémonie.

Notre première fille est née en 2005, puis la seconde en 2011. Nous avons déménagé dans le village où nous nous étions rencontrés, pensant que ce serait mieux pour y élever nos filles. On s'est installés. Tout allait bien. Ça semblait une bonne décision. J'arrivais sans problème à travailler; Russell aussi, mais ce n'était pas aussi payant que travailler en ville. Nous nous sommes ajustés.

Il disait qu'il n'aimait pas faire ça et ne se sentait pas à l'aise à cet endroit.

Après la mort de son père, nous avons parlé plus sérieusement de retourner en Écosse pour être plus près de sa famille et de ses amis. Il a finalement admis que son pays lui manquait (j'ai tenté pendant des années de le persuader qu'on y serait mieux pour élever notre famille). L'Écosse, c'était aussi mon chez-moi; j'aimais sa famille et ses amis. Le moment semblait approprié pour faire le saut. Nous en étions maintenant à l'étape de la finalisation des passeports britanniques de nos filles, et notre maison était à vendre. Or, nous ne savions pas que le jour fatal allait arriver. Russell était menuisier et travailleur autonome. Il avait choisi d'accepter un emploi à mesure qu'il laissait aller peu à peu son entreprise, et on en planifiait notre déménagement outremer. Il a finalement choisi d'abandonner le métier, du moins du point vu physique. Il était fatigué;

il souffrait aux articulations et notamment aux épaules. Il a revu quelqu'un qu'il avait déjà rencontré, et aimait ses projets de construction de maisons écologiques à partir de matériaux durables. Russell s'est joint à son équipe.

Il avait commencé à aider son nouvel employeur à faire des rénovations à son propre domicile. Il disait qu'il n'aimait pas faire ça et qu'il ne se sentait pas à l'aise à cet endroit. C'était un travail de démolition ardu; ils arrachaient tout jusqu'aux montants et aux cadres de la maison. Ce jour-là, Russell travaillait fort et rapidement, faisant de la démolition et fixant aussi des bandes sur l'intérieur du toit. On ne saura jamais ce qui s'est vraiment passé, mais il travaillait à partir d'une échelle avec un pistolet pneumatique à air comprimé pour clouer. Il a raté le bois, ou le pistolet a mal visé, et mon mari a accidentellement reçu un clou de 3 ¼ dans la poitrine. Selon son employeur qui le regardait de loin, mon mari a chancelé sur l'échelle. Il a sacré et est descendu, a retiré le clou de sa poitrine et a fait quelques pas avant de s'effondrer. Son employeur en a été témoin. Ne sachant pas ce qui s'était passé, il a appelé le 911.

Personne ne s'est rendu compte que le clou avait percé une artère majeure du cœur de Russell et qu'il y avait hémorragie interne. Un état de choc s'en est rapidement suivi, privant

le cerveau d'oxygène.

L'équipe médicale du petit hôpital régional a pu diagnostiquer qu'il souffrait d'une tamponnade au cœur et que du sang se déversait dans le petit sac entourant le cœur. Le cœur a cessé de pomper en raison de la pression exercée par le sang et s'est arrêté. Médecins et infirmières ont vite procédé à ce qu'ils n'avaient probablement pas fait depuis leur formation médicale : une péricardiocentèse. Ils ont réussi à drainer le sang du cœur et il s'est remis de nouveau en marche. Ils ont réanimé mon mari, l'ont stabilisé, puis transféré dans un hôpital plus gros et mieux équipé pour composer avec ses blessures.

Entre-temps, je n'avais absolument aucune idée de ce qui se passait. J'allais au camp d'été chercher ma plus jeune. Ma plus vieille, âgée de 11 ans, s'était pour la première fois rendue à la maison par elle-même cet après-midi-là à partir de la bibliothèque. Elle avait un téléphone cellulaire et m'a texté une fois arrivée à la maison. Je serais là en moins d'une heure. Peu après son arrivée à la maison, j'ai reçu un autre texto qui disait : « maman, maman, maman... Il y a un policier à la porte. » Dès que j'ai vu le texto, j'ai su que quelque chose n'allait pas.

La police n'avait malheureusement pas pu me joindre pour une quelconque raison et l'officier à la porte pensait que j'avais déjà été avisé. Par chance, l'officier n'a rien dit à ma fille pendant qu'elle était à la maison. Ma fille a remis son téléphone au policier, et il m'a dit que mon mari avait été grièvement blessé et que ses chances de survie n'étaient pas bonnes. Ma fille m'a expliqué m'avoir escortée durant le trajet d'une heure jusqu'à l'hôpital, au son de la sirène beuglant et à la lumière des gyrophares. Début de mon cauchemar. La vie telle que nous la connaissions allait dramatiquement changer.

J'ai vite agi. En chemin, j'ai appelé une amie pour qu'elle prenne soin de ma plus vieille jusqu'à mon retour. J'ai fait des arrangements pour qu'on vienne chercher ma plus jeune. J'ai communiqué avec mes parents pour qu'ils viennent à l'hôpital. Puis j'ai appelé outremer. J'ai réussi à parler à ma belle-sœur et à mon beau-frère, et leur ai conté l'accident. Tout paraissait irréel et chaotique. J'étais hébétée dans le véhicule de police qui filait sur l'autoroute. Nous avons pu nous rendre aux urgences où mes parents m'ont trouvée. On nous a conduits à vive allure dans une chambre privée, sans plus.

Nous sommes restés assis là des heures. On nous a simplement dit qu'on opérerait Russell. On nous a menés plus tard dans sa chambre aux soins intensifs. Il était branché à beaucoup d'appareils qui bipaient. L'infirmière nous

a soigneusement expliqué ce qu'on lui avait dit, et c'est là pour la première fois que nous avons appris que mon mari avait eu un arrêt cardiaque et avait été réanimé. L'infirmière a aussi expliqué qu'on avait induit un coma pour refroidir la température de son corps pour prévenir des dommages au cerveau (traitement courant en cas de crise cardiaque). Nous étions en état de choc et atterrés, mais le pire semblait passé. L'infirmière a ajouté que son état n'était pas encore stable, mais nous gardions en quelque sorte espoir. Mes parents sont repartis et à l'hôpital on m'a offert de dormir dans une petite chambre, mais je suis restée à ses côtés.

Il disait qu'il n'aimait pas faire ça et ne se sentait pas à l'aise à cet endroit.

J'ai noté le lendemain matin que Russell avait commencé à remuer un peu. Au moment de sa ronde, le médecin m'a pris à part. Il m'a dit qu'il avait « vu cette réaction neurologique auparavant (tressaillements) et que cela indiquait des blessures sévères au cerveau. » Il a bien sûr rajouté qu'il faudrait faire d'autres tests pour s'en assurer. » Je me souviens lui avoir demandé si la mère de Russell, qui était venue en visite quelques semaines plus tôt, devait revenir au Canada. Il m'a répondu « oui », que sa famille devait être ici. Mon cœur s'est écroulé et c'est, je crois, brisé en mille miettes. C'est là que j'ai su qu'il n'allait pas s'en sortir : mon monde s'est effondré.

En attendant l'arrivée de sa famille d'Écosse, j'ai tenté de démêler la myriade d'émotions qui m'habitaient. J'ai pensé à la façon dont je m'y prendrais pour annoncer la nouvelle aux filles. Elles étaient avec des amis et de la famille, et savaient que leur père avait été blessé, sans toutefois connaître la gravité de la blessure. J'ai questionné Dieu, plaidant un miracle, mais au retour des tests, le pronostic de Russell était de moins en moins prometteur. J'étais en colère contre l'univers et le monde à cause de ce qui était arrivé. Nous étions de bonnes gens; pourquoi a-t-il fallu que ça nous arrive? À quelque chose malheur est bon, mais qu'y avait-il de bon dans cet accident, me suis-je demandé? J'ai mis un

moment à reconnaître, malgré les larmes et la colère, que contrairement à d'autres familles ayant vécu de pareilles tragédies, j'étais du moins en mesure d'être assise à ses côtés, de lui prendre la main et de lui faire savoir que nous étions tous là. Il n'est jamais revenu à lui, mais je crois qu'il savait que nous étions là. Certaines familles entendent le coup frappé à la porte par la police et apprennent que l'être cher a été tué, sans avoir pu dire au revoir. Le fait d'adopter cette perspective m'a aidé grandement à vivre le chagrin causé par cette tragédie. Rien ne pourra me ramener mon mari. Mes filles grandissent sans la joie que leur apportait leur papa, et il est triste de songer à notre avenir sans lui, mais nous tentons de vivre au mieux, sachant qu'il serait fier de nous.

Le 28 août 2016, mon meilleur ami et le père de nos deux filles, Russell, est décédé à l'unité des soins intensifs. J'étais à ses côtés lorsqu'il est passé de l'autre côté.

Bien des gens ont été blessés et tués par des pistolets goujonneurs, mais on en fabrique et on en utilise toujours. Il n'y a eu aucune cause devant tribunal et personne n'a été blâmé pour ce qu'a subi Russell. Il était vu comme un menuisier de métier. Il semble que le pistolet fonctionnait très bien. Il y a eu bien des péripéties durant l'enquête, mais on ne connaîtra jamais vraiment les détails entourant ce jour fatidique. L'enquête du coroner a débouché sur de bonnes suggestions, mais elles ne font pas office de lois. Mon désir est d'éduquer les gens du métier et ceux qui manipulent ces objets à la maison sur les dangers liés aux pistolets goujonneurs et sur la façon de les utiliser en toute sécurité. Il n'y a aucun mérite à perdre sa vie au travail.



Russell était un papa jovial avec ses deux filles.



Vision 2020 en imaginant 2021

par Shirley Hickman

VISION 2020 : la façon d'exprimer l'acuité visuelle (la clarté ou netteté de la vue). En 2019, les membres de l'équipe trouvaient ce thème drôle pour l'année à venir. À la réunion du personnel, en janvier 2020, nous avons discuté d'activités amusantes pour finaliser nos plans annuels. Notre thème global portait sur un défi : comment rejoindre 300 nouveaux membres familiaux chaque année? On s'apprêtait à lancer la randonnée Un pas pour la vie la semaine suivante. On était loin de se douter du défi qui nous attendait.

Le vent a bousculé notre voilier en mars, mais n'a pas arrêté la randonnée dans votre communauté. Vous connaissez sa valeur, le soutien qu'elle apporte aux membres familiaux et l'importance du message de sensibilisation sur les blessures au travail, et vous l'avez véhiculé. Vous vous êtes servi des médias sociaux pour dire ce que vous feriez et pourquoi. L'activité a été un succès. Les revenus de financement ont été touchés, mais vous vous êtes surpassés d'autres façons. Tous ont participé : commanditaires, partenaires, et la population.

D'autres façons d'obtenir du financement et de parler de prévention ont aussi été annulées. Sans activités en présentiel, il n'y a eu ni formations sur la sécurité ni conférences, donc aucune présentation d'un conférencier du bureau. Vous n'avez pas pu, entre autres, organiser des tournois de golf ou de balles et des barbecues. Votre vie familiale a changé, votre rapport travail-famille a changé, et notre environnement a aussi changé. De quoi l'année aurait-elle l'air?

Je repense à 2003, au moment où un petit groupe de membres familiaux et de partenaires ont senti le besoin de soutenir et de propager un message sur la prévention. Nous n'avions pas un sou. Notre première subvention nous est venue de la CSPAAT. Des partenaires communautaires ont vite adopté notre mission et vision au Canada. Nos débuts ont été modestes et on a grandi à la mesure de nos moyens humains et financiers. À plusieurs reprises, durant la dernière

décennie, nous avons eu la chance de recevoir des dons inattendus en fin d'année, ce qui nous a permis de nous constituer une réserve. Dans les faits, la plupart des dons attendus sont espérés, mais jamais garantis. Il en va ainsi dans les organismes caritatifs.

Bon nombre d'organismes caritatifs ont dû fermer boutique en raison de la pandémie, mais jusqu'ici Fil de Vie se maintient à flot en raison de l'engagement de nos fondateurs et de la prévoyance du conseil d'administration. En 2020, certaines de nos dépenses majeures ont été réduites dont, malheureusement, celles liées aux forums familiaux en présentiel. Nous avons été soutenus par les programmes d'aide financière gouvernementaux sur la COVID-19. Outre cette aide et les subventions pluriannuelles de certains commanditaires et partenaires, vos dons et votre soutien à Fil de Vie ont été d'un grand secours.

Nous sommes conscients que certains partenaires et commanditaires souffriront financièrement, mais que d'autres s'en sortiront. Nous anticipons à ce moment-ci un déficit budgétaire en 2021. Nous devons vraisemblablement piger dans notre réserve pour garder notre personnel et offrir tous nos programmes. Bien que nous soyons chanceux d'avoir cette réserve, nous ignorons tout de l'avenir au cours des mois et années à venir. Nous compterons sur chacun de vous.

Nous débutons toujours nos réunions du conseil d'administration et du personnel par une réflexion sur notre mission et notre vision. C'est pour nous une étape importante pour rester ancrés. Nous discutons

aussi de notre objectif de rejoindre 300 nouveaux membres par an. Vous pouvez aider en faisant circuler les brochures que vous avez sous la main. On connaît tous dans notre réseau une personne ou une famille affectée par une blessure, une maladie ou une mort en milieu de travail.

Songeons à un avenir où nos conférenciers du bureau reviendront en milieu de travail ou dans les écoles pour parler de prévention. Vous recommencerez à organiser des collectes et des activités qui permettront aux employés de se rassembler et de s'engager en santé et sécurité. Ces activités permettront de bien des façons d'aider de nouveaux membres familiaux à se sentir écoutés et réconfortés par Fil de Vie. Eux aussi prendront part à notre vision : ramener chaque travailleur sain et sauf à la maison.



FORUM FAMILIAL : Cérémonie du Souvenir: Récit du parcours

Famille virtuelle nationale Forum - 17 octobre - 21 novembre 2020

J'ai adhéré à Fil de Vie en 2003 et j'ai toujours eu hâte de participer à notre forum familial annuel. Chaque année, le forum débute par une Cérémonie du Souvenir. Cette année, elle a été virtuelle en raison de la COVID-19.

L'expérience a été différente, car il n'y avait aucun contact physique ou visuel entre nos membres. Je l'ai cependant trouvée émouvante et significative.

Réfléchir demande du temps, un effort et de l'énergie. Confronter ce qui est douloureux et difficile est exigeant, mais nous avons compris en tant que membres de Fil de Vie que nous avons grandi et continuons de grandir malgré la douleur, et cela est en partie dû à la Cérémonie du Souvenir.

Le fait de nous souvenir donne à nos cerveaux l'occasion de faire une pause dans ce chaos vécu au quotidien, de démêler nos émotions et de chercher à donner un sens à la nouvelle normalité que nous vivons.

Le fait de nous souvenir nous permet d'honorer nos êtres chers, de faire un retour sur la vie d'avant et de maintenant. Nous témoignons alors de ce qui était, et de ce que nous étions.

Quand nous sommes sur place, ensemble, et que nous échangeons sur nos dénominateurs communs que sont la mort, une blessure dévastatrice ou une maladie, c'est puissant. Dans le passé durant la cérémonie, nous pouvions nous tendre la main, offrir une épaule sur laquelle nous appuyer ou pleurer. D'habitude nous sommes dans la même pièce. Nous venons de milieux, de pays et de cultures différents. Nos référents ne sont pas les mêmes, mais vite nous ressentons de la compassion et de la familiarité en raison de nos pertes. Voilà le lien qui nous unit tous. Même si la perte est ce que nous avons en commun, nous sommes conscients que chacun vit un parcours unique. Ce partage, cette attention, nous les ressentons durant la cérémonie et le forum. C'est ce qui caractérise l'organisme.

Ceux et celles qui, encore fragilisés et vulnérables, entament leur parcours, n'auront pu vivre l'atmosphère d'amour, de confiance et de

sécurité d'ÊTRE simplement là, de voir ce qui imprègne ces rencontres lorsqu'elles sont en présentiel. J'espère que ces personnes comprennent l'amour et le soutien que les autres ressentent sans voir leurs visages ou leurs bras se refermer sur eux.

En repensant à la perte de chacune lors de la présentation des photos durant la Cérémonie du Souvenir, je pouvais ressentir cette perte, mais ces familles ne pouvaient ni voir ni ressentir ma compassion et ma bienveillance à leur égard. J'ai compris à quel point être en présentiel est important dans notre parcours de guérison pour prendre soin de nous et partager nos émotions. Lorsque nous sommes physiquement ensemble, ceux qui sont sur le chemin de la guérison depuis plusieurs années voient les expressions qui secouent ceux pour qui le chagrin est récent, et constater notre impuissance à pouvoir les aider. Je me souviens avoir ressenti cela au début. Cela m'aide à voir combien j'ai avancé. Je pensais ne jamais ressentir de la joie à nouveau. J'ai grandi malgré la douleur et je vis une nouvelle normalité.

À tous les nouveaux arrivants à Fil de Vie, sachez que les plus anciens et moi-même sommes la preuve qu'il a de la vie et de l'espoir, et un renouveau après une tragédie. Nos membres n'ont peut-être pas vu ce sentiment d'espoir en ligne et c'est ce qui m'inquiète. Je tiens à les rassurer : c'est l'amour et la compréhension que les membres de l'organisme partagent qui valorisent tout un chacun d'entre nous. Je prie pour que l'année prochaine nous puissions être ensemble comme avant.

La COVID a été porteuse de défis et de changements dans la vie des gens, mais je suis reconnaissante du fait que nous ayons pu partager en ligne durant le Forum national 2020. Merci à ceux et celles qui ont rendu cela possible et qui ont monté le programme du forum en ces temps difficiles. « La vie n'a de sens que lorsqu'on lui en donne un, et l'amour est l'ultime puissance liant tous les êtres vivants. » Il me semble que c'est ce que Fil de Vie fait pour nous tous. En mémoire de Brent Wade (12 avril 1977 - 9 novembre 1999). Dans nos cœurs pour toujours.



NVFF – Que sera la suite?

par **Karen Lapierre Pitts**

Le Forum familial national virtuel a été pour nous tous une énorme courbe d'apprentissage! Le personnel de Fil de Vie a appris à coordonner un grand événement virtuel et des séances sur plusieurs semaines. Les facilitateurs ont appris à faire de l'animation en ligne et les membres familiaux, à se connecter à distance. Et nous en avons tous appris beaucoup sur la technologie.

Nous sommes heureux d'avoir pu fournir de l'information, des connaissances, des habiletés d'adaptation et des liens à tous nos membres familiaux en dépit de la pandémie. Nous sommes aussi reconnaissants de votre patience devant la nouveauté. Nous remercions nos partenaires pour leur soutien continu.

Même si nous n'étions pas en présentiel, nous rencontrer en ligne a permis à presque tout le monde de participer de partout à peu de frais. Avant la pandémie, nous avons commencé à parler de séances virtuelles pour soutenir notre réseau de guérison entre les différents forums familiaux. Nous travaillons maintenant sur une série d'ateliers en ligne pour les membres familiaux. Si vous avez des idées de sujets à traiter, n'hésitez pas à m'en informer!

Entre-temps, restez informés sur les activités de Fil de Vie et entre vous. Visitez notre page Facebook. Beaucoup de membres y font part de leurs idées. Appelez une personne que vous avez rencontrée à un forum familial et envoyez-lui un courriel. Cet hiver, nous avons tous besoin de nous appuyer les uns les autres.

Plonger dans le chagrin et la mort

Quand on lance un boomerang, il revient vers nous à tout coup. Le « chagrin boomerang » revient aussi. C'est ce que ressentent communément ceux et celles qui ont connu une blessure, une maladie ou une mort liée au milieu de travail.

Le chagrin boomerang est l'un des huit types dont le facilitateur

Darrin Parkin a parlé durant la séance sur le chagrin et la mort au Forum familial national virtuel. Darrin est clinicien en soins spirituels à l'hôpital général de High River en Alberta. Il a aussi été aumônier, formateur au niveau collégial et conférencier invité.

Darrin a parlé de la façon dont chaque personne vit un deuil après la mort d'un être cher, d'une transformation par blessure ou maladie, ou d'une mort attendue.

Pour en savoir plus sur l'atelier de Darrin et sur les autres séances du FFVN, lisez notre blogue à [threadsoflife.ca/news](https://www.threadsoflife.ca/news).



Types de deuils

- **Darrin Parkin,**

Plonger dans le chagrin et le deuil au NVFF.

- **Chagrin normal** – réaction associée à une perte.
- **Chagrin anticipé** – processus normal d'anticipation d'une perte.
- **Peine** – ce qui résulte de la mort d'un être cher.
- **Deuil** – état qui survient après avoir subi une perte.
- **Tristesse** – chagrin tel qu'il est exprimé.
- **Deuil compliqué** – état qui devient chronique; condition de santé mentale débilante.
- **Deuil tenace** – perte qu'une personne ressent de son vivant.
- **Chagrin boomerang** – processus de deuil compliqué par le rappel récurrent d'un traumatisme.



Profil de bénévolat – Donna Van Bruggen

par Lynn Danbrook

La vie de Donna Van Bruggen s'est effondrée lorsque son fils David est mort au travail le 17 octobre 2012. Donna a entrepris son parcours de guérison pour faire face au chagrin et elle a commencé à aider d'autres personnes vivant les retombées d'une tragédie en milieu de travail. Bénévole dévouée, elle est une conférencière percutante qui parle de la sécurité au travail et de la prévention des blessures. Donna est douce et compatissante, et ce profil nous permet d'en savoir plus à son sujet.

Comment avez-vous entendu parler de Fil de Vie?

Je me souviens que j'étais dans mon salon au retour du service funèbre de David. Je me suis demandé comment je vivrais seule ce profond chagrin et comment j'amorcerais mon parcours de guérison. J'ai découvert Fil de Vie quelques mois plus tard, et on m'a invité à participer au forum familial suivant à Edmonton. Quand je suis arrivée au forum familial, j'étais un peu inquiète de me retrouver au milieu d'un groupe d'inconnus. Quand j'en suis repartie deux jours plus tard, j'avais trouvé une deuxième famille. J'avais réussi pour la première fois à verbaliser comment la mort de David m'avait affecté en tant que mère. Auparavant, quand des amis ou connaissances me posaient des questions sur la tragédie, c'était pour savoir comment sa femme et ses jeunes enfants allaient. Personne ne me demandait comment j'allais. Ma famille à Fil de Vie a changé tout cela, et je me suis sentie entendue et soutenue.

Quand êtes-vous devenue bénévole?

Je fais du bénévolat depuis que je suis adolescente. À l'école secondaire, je vendais des billets et des collations bénévolement durant les parties de football et de basketball. Je surveillais les jeunes enfants pour que leurs parents puissent passer du temps ensemble et faire une activité. J'aidais à décorer le gymnase pour les danses. J'ai participé à bon nombre d'activités de bénévolat à l'église durant ma

vie. J'ai entre autres participé à des collectes d'aliments, rempli des tablettes de banques alimentaires, aidé des personnes à déménager, nettoyé leurs maisons et leurs terrains, préparé des repas pour les malades, visité des personnes seules. À l'église, j'ai donné des cours à des femmes, des enfants et des groupes de jeunes.

Pourquoi faites-vous du bénévolat à Fil de Vie?

Je suis bénévole à Fil de Vie car je crois que je peux faire une différence auprès d'au moins une famille pour que leur être cher puisse revenir à la maison sain et sauf chaque jour. Je rêve au jour où plus personne ne recevra un appel ou entendra frapper à sa porte pour apprendre qu'un être cher ne rentrera plus ou sera gravement blessé. Mais il y a beaucoup à faire d'ici là. Faire partie des grandes œuvres de Fil de Vie m'honore et me rend humble. Je me dis toujours : « Ne sois pas las de bien faire. Car c'est des petites choses que jaillissent les grandes. »

Quel est votre meilleur souvenir comme bénévole?

J'ai tant de beaux souvenirs, notamment comme conférencières du Bureau. Je dirais que mon meilleur souvenir est revenu trois fois. Après avoir terminé ma présentation sur mon fils David, un groupe de gens est immédiatement venu me voir pour me remercier et m'offrir leurs condoléances. Et ils sont vite repartis. Un deuxième groupe qui attendait que le premier finisse est venu. Les gens m'ont parlé un peu plus longuement de quelque chose qui leur était arrivé dans leurs vies en lien avec le milieu de travail ou pour m'interroger sur ma présentation. Puis, il y a eu un troisième groupe. Ces gens étaient plus réservés et timides, et ils ont attendu patiemment au fond de la salle jusqu'à ce que tous les autres aient parlé, puis quitté la salle. Au moment où je m'apprêtais à quitter la salle, les plus timides (des hommes pour la plupart) m'ont fait une accolade bien ressentie et m'ont dit : « David serait si fier de vous. » J'en ai eu immédiatement les larmes aux yeux.

Merci beaucoup!



WCB Alberta a été très rigoureuse jusqu'ici durant la pandémie, et même avant, en utilisant les médias sociaux pour sensibiliser la population et aider Fil de Vie à joindre d'autres familles en Alberta.

La Commission des accidents de travail à PEI a fait des dons à Fil de Vie en mémoire des membres sortants du CA, et remis 500 \$ d'économies réalisées sur l'impression des cartes de Noël.



Nos partenaires nous soutiennent de tant de façons! Nous sommes toujours reconnaissants pour tous vos dons et contributions, et touchés par l'étendue de vos démarches en cette dure année. En voici quelques exemples :



En février, Safe-Tech Training a demandé à ses clients de donner à Fil de Vie en lieu et place des frais d'inscription au programme standard. La pandémie a perturbé leur calendrier de formation et plans de financement, mais ils ont recueilli 350 \$ et sensibilisé la population d'une belle façon.

La Petroleum Contractors' Association de l'Ontario a tenu son tournoi de golf annuel à l'automne, avec modifications. Aucun chèque n'a été présenté durant le tournoi, mais les fonds recueillis sont remis à Fil de Vie chaque année.



L'entreprise Saeplast Americas de Saint-John, NB, a accueilli deux conférenciers de Fil de Vie à son activité sur la sécurité en octobre, une première en six mois! Tous les protocoles étaient en place pour protéger bénévoles et employés.



Les services de sécurité et prévention au travail nous ont dispensés des frais de participation au premier salon commercial virtuel pour aider à sensibiliser sur Fil de Vie.

En l'absence de conférenciers invités, le ministère du Travail et de l'Enseignement supérieur de la N.-É. a fait un don à Fil de Vie durant sa conférence automnale virtuelle.



La Commission des accidents de travail de la Saskatchewan a approuvé un accord de financement triennal, pour aider à stabiliser les programmes et services aux familles.



La randonnée Un pas pour la vie réunit Jennifer Wright (à gauche) et sa famille pour guérir et se souvenir.

Pourquoi Steps for Life est important pour notre famille

Jennifer Wright nous dit ce que Fil de Vie signifie pour elle et sa famille :

« La randonnée annuelle Un pas pour la vie s'est avérée une façon de rassembler ma famille pour honorer la mémoire de mon père. Chacun compose avec la mort à sa façon, mais la randonnée Un pas pour la vie est le dénominateur commun de notre famille. Je n'oublierai jamais l'impact de l'affiche dans le Chemin des souvenirs. Tous dans ma famille ont pu réagir en marchant à ce que mon père a vécu. Il y a eu beaucoup de larmes durant les randonnées. Lorsqu'on est entouré de gens qui comprennent, on guérit. Six ans après le décès de mon père au travail, je savais que nous étions tous dans la bonne voie quand mon frère aîné a dit : « La famille voit ça positivement. Je n'en reviens pas. » Nous avons tant évolué dans notre guérison grâce à Fil de Vie. Nous sommes heureux d'avoir recueilli fonds recueillis pour Fil de Vie; ça aide des familles à guérir et à progresser après une tragédie en milieu de travail. Nous invitons les gens à participer à la randonnée; ça fait une différence. On voit combien sensibiliser sur la sécurité au travail et aider des familles comme la mienne est important. »

Un pas pour la vie 2021 – On est prêt à tout!

Au pays, on voit de tout durant la randonnée : de la chaleur, de la neige, de la pluie, une giboulée, ou une fusion de conditions. À l'ère de la COVID-19, cela signifie être prêt à une randonnée traditionnelle, à des petits groupes ou à des activités en solo. Et nous sommes prêts!

À l'ouverture des inscriptions le 1er février, vous pourrez choisir la randonnée au parc ou votre propre activité chez vous. Vous choisissez la randonnée communautaire, mais les grands rassemblements ne sont pas permis dans votre région? Nos planificateurs locaux s'ajusteront. Nos formidables bénévoles sont prêts à passer à l'action!

Restez connecté à la page de votre communauté sur le site Web d'Un pas pour la vie pour être informé. La liste des villes participantes s'y trouve sous « Walk Locations ». Même si vous préférez une activité à la maison, lorsque vous vous inscrivez dans votre ville, vous aidez à dynamiser les efforts de cette communauté et les totaux recueillis. Où que nous marchions, #NousMarchonsEnsemble! ».



PARTAGEZ CE BULLETIN!

Distribuez l'infolettre à la cafétéria ou à l'entrée pour que tout le monde puisse en profiter.

VOUS AVEZ UN RÉCIT À PARTAGER?

Si vous avez été personnellement touché par une tragédie en milieu de travail et voulez en parler dans notre infolettre, communiquez par courriel avec Susan Haldane à shaldane@threadsoflife.ca

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

Cori Gervais
Shawna Harroun



Fil de Vie est un organisme caritatif, enregistré au Canada, qui soutient dans leur parcours de guérison des familles affectées par un décès, une blessure dévastatrice ou une maladie professionnelle. Fil de Vie est l'organisme caritatif de remise de dons de multiples activités sur la santé et sécurité. Numéro d'enregistrement : 87524 8908 RR001.

MISSION

Nous cherchons à aider des familles à guérir grâce à une communauté de soutien et à promouvoir l'élimination des blessures, des maladies et des décès en milieu de 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

Voici ce en quoi nous croyons :

La sollicitude : prendre soin d'autrui aide à guérir.

L'écoute : écouter pour soulager douleur et souffrance.

Le partage : parler de notre vécu mène à la guérison et à la prévention de morts dévastatrices en milieu de travail.

Le respect : il faut honorer et respecter les expériences personnelles de décès et de chagrin.

La santé : c'est grâce à notre savoir, notre cœur, nos mains, et nos faits et gestes quotidiens qu'on vit en santé et en sécurité

La passion : les gens passionnés changent le monde.



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

fil
DE VIE

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

Modes 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
- Veuillez me tenir informé des activités de Fil de Vie par courriel à : _____

Visa MasterCard

du compte

d'échéance

NOM DU DÉTENTEUR DE LA CARTE _____

SIGNATURE _____

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE _____

ADRESSE (aux fins fiscales) _____

Fil de Vie, P.O. Box 9066 • 1795 Ernest Ave • London, ON N6E 2V0 1 888 567 9490 • www.threadsoflife.ca
Tous les dons sont déductibles des impôts. Numéro d'enregistrement de notre organisme de bienfaisance : 87524 8908 RR001