

fil de vie



VOL.21, NO 4 HIVER 2023

PRÉVENTION

|

SOUTIEN

|

PARTENARIAT



Photo by
Yaroslav Shuraev, Pexels]

VOIR LOIN

Fil de Vie est né il y a vingt ans quand des familles et des partenaires passionnés par le changement ont uni leurs forces. Aujourd'hui, l'organisme accompagne plus de 3 600 membres ayant tous vécu une tragédie du travail. De nouvelles familles s'y greffent chaque mois. C'est le cas des deux récits figurant dans ce numéro. Si le 20e anniversaire nous a permis de voir notre évolution, il est bon aussi que nous envisagions l'avenir pour combler les besoins des familles et faire qu'un jour Fil de Vie perde sa raison d'être.

MESSAGE DU PRÉSIDENT

Bill Stunt



« Vingt ans d'espoir et de guérison » c'est ce que nous avons répété en 2023 pour souligner le 20e anniversaire de Fil de Vie. La chronologie diffère pour chacun. Certaines personnes sont là depuis la fondation l'organisme, comme Shirley et Sharon (voir p. 4). D'autres, comme les deux membres familiaux qui rela-

tent leur récit dans le présent numéro, connaissent notre organisme depuis peu. La guérison prend une autre forme selon ce qu'on compte trouver à Fil de Vie et selon les programmes offerts et le niveau d'implication recherché. Comme l'année tire à sa fin, Fil de Vie va de l'avant pour envisager les années et les décennies à venir en tenant compte des besoins des nouveaux membres qu'il accueille et des anciens qui restent, de manière qu'il soit toujours porteur d'espoir et de guérison pour ces familles.

DANS CE NUMÉRO

chroniques

Récit d'une mère.....	2
Un frère qui nous manque.....	3
Vingt ans d'espoir, de guérison, et bien plus.....	4

rubriques

SOUTIEN FAMILIAL

On vous ouvre la voie d'un parcours de guérison.....	6
Sept stratégies pour contrer le chagrin par la résilience.....	7

PROFIL D'UN BÉNÉVOLE

Anton Voronin.....	8
--------------------	---

PARTENARIATS ET FINANCEMENT

Relation bien ancrée avec l'ACSA.....	10
---------------------------------------	----

UN PAS POUR LA VIE

Randonnée soutenue par un leadership corporatif solide.....	11
---	----

20
ans
2003 - 2023

Récit d'une mère

par Marlyn Quast-Frank

« **Plus grand que nature.** » Voilà comment les amis et la famille de Colton le décrivent depuis son récent départ vers l'au-delà. Il a vécu sa courte vie à plein, et on se souvient de lui comme d'un gars gentil et loyal, à l'esprit noble et dévoué, qui aimait énormément ses amis et sa famille, et dont l'attitude et la présence étaient très grandes.

Colton et sa fiancée, Taylor, avaient troqué notre ville natale, Medicine Hat, pour Edmonton en 2015, où elle terminait ses deux dernières années d'études à l'Université d'Edmonton. Colton y occupait un poste d'apprenti électricien. Au cours des cinq années qui ont suivi, Taylor a obtenu son diplôme et un poste d'enseignement en première année du primaire dans le district scolaire d'Edmonton, pendant que Colton travaillait pour une entreprise d'électricité et terminait un certificat de compagnon. Ils se sont fiancés à l'été 2018 et ils avaient une belle vie devant eux, jusqu'à ce que l'inimaginable se produise.

On ne s'attend jamais à ce que son enfant ne revienne pas à la maison après le travail. Le 13 février 2020, Taylor nous a téléphoné en panique, ce qui a changé nos vies à jamais. Un accident s'était produit au travail et Colton avait été électrocuté. On n'en connaissait pas la gravité et nous sommes tombés dans le déni. Il s'en sortirait. Cela arrivait à d'autres



Colton a vécu à fond la caisse.

familles, mais pas à nous! Nous avons rapidement bouclé nos valises et nous nous sommes rendus à l'hôpital où on l'avait amené. Cinq heures et demie de route. En arrivant sur l'autoroute, j'ai téléphoné aux urgences pour obtenir plus d'information. Ils m'ont immédiatement transféré à l'aumônier, et c'est là que j'ai compris que c'était beaucoup plus grave que ce que je m'étais permis d'imaginer. On ne nous a pas donné beaucoup d'information, mais on nous a dit qu'il était dans notre meilleur intérêt d'arriver le plus tôt possible. Mon mari a fait le parcours en quatre heures. Je me souviens être arrivée à la course dans la chambre d'hôpital de Colton en pensant qu'il serait là, assis, prêt à nous accueillir, amusé, avec un large sourire et des propos amusants, mais c'est plutôt un corps inanimé qu'on a vu. Il était branché à de nombreux tubes et à des machines et des moniteurs qui le maintenaient en vie. J'ai figé. J'ai paniqué. J'ai réa-

lisé que je vivais le cauchemar d'une mère, duquel je cherchais à m'éveiller.

Au cours des cinq jours qui ont suivi, j'ai vu défiler des inhalothérapeutes, médecins, spécialistes et une batterie de tests. Le pronostic final a été que Colton avait subi des lésions anoxiques cérébrales causées par ses blessures et qu'il nous fallait statuer sur l'inimaginable : retirer le respirateur artificiel. Le 19 février 2020, six jours après son 26e anniversaire de naissance et cinq mois avant son mariage avec sa compagne des sept dernières années, nous l'avons vu rendre son dernier souffle. C'est une image qui restera à jamais présente dans nos cœurs et nos esprits. La vie semblait injuste. Comment survivre à cela?

Dans les jours et les semaines qui ont suivi, je me souviens avoir pris rendez-vous avec un conseiller du bureau de mon mari. L'appel a duré moins de cinq minutes. Bien qu'il fût conseiller, il était évident qu'il n'avait

- Récit d'une mère (suite en page 5)

20
ans
2003 - 2023

Un frère qui nous manque

par Tera Colville

En juin 2021, nous nous sommes tous réunis à la maison parentale de Haliburton Highlands pour célébrer la fête des Pères et l'anniversaire de notre père, le temps d'un week-end. Le dimanche, lorsque Jamie s'en est allé travailler, nous lui avons fait un câlin en lui disant qu'on l'aimait, sans savoir que jamais on ne le reverrait.

Jamie était l'enfant du milieu. Le seul mâle à transmettre notre patronyme. Je suis sa sœur aînée et notre cadette s'appelle Kristi. Nous avons toujours entretenu une relation proche et affectueuse avec Jamie. On aimait son esprit ouvert, ses points de vue, son attention, sa compagnie et ses conseils. Il était toujours prêt à nous aider et à nous guider.

Jamie était doué. Il excellait comme musicien. Autodidacte, il jouait de la guitare acoustique et électrique, et de la batterie. Il réparait aisément les accords et il était doté d'une mémoire remarquable pour les paroles. C'était un artiste très talentueux au goût unique. Il s'exprimait à travers l'art. Il s'était fait connaître par ses dessins modernes de Anime et de Marvel.

Il aimait le plein air et camper en pleine nature sans wifi. Il était en forme et aimait la cuisine végane; il adorait cuisiner et partager ses recettes préférées. Le tir à l'arc et le



Jamie avait toute la vie devant lui.

jogging dans les routes nordiques reculées étaient de ses passe-temps. Nous aimions le voir faire un feu de camp et s'en occuper. Il chantait ses chansons préférées. C'était un ami des bêtes; il possédait un jeune Doberman-Pinscher du nom de Reese qu'il adorait, et il aimait s'amurer avec les animaux de compagnie. Son âme était douce et tendre, ce qui les attirait. Sa liste de trucs à faire était énorme, mais plus rien n'y sera coché. Il pratiquait avec plaisir le surf des neiges et passait du temps dans les rocheuses Canadiennes.

Jamie n'avait que 34 ans et toute sa vie devant lui. Il venait de rencontrer une fille qui partageait son goût pour l'aventure. Nous ne saurons jamais s'il aurait fondé sa propre famille. Nos parents visitaient une maison pour lui le lundi 14 juin 2021 et s'apprêtaient à faire une offre d'achat pour qu'il entame un autre chapitre de sa vie lorsqu'en revenant à la maison un officier de la police provinciale s'est pointé pour leur annoncer qu'une explosion catastrophique avait eu lieu au travail ce matin-là. Jamie avait fauché et tué instantanément à 9 h 30.

Nous avons pu dire au revoir à mon petit frère en personne. J'ai dit à son âme de s'en aller en paix, ne pas se sentir accablée par notre chagrin, et que sa mort ne serait pas en vain. Parler de Jamie du point de vue d'une survivante d'une tragédie du travail permettra de sensibiliser sur la sécurité au travail. Nous ne retrouverons plus les plaisirs d'antan durant le reste de notre vie. Nous avons vécu d'énormes bouleversements traumatisants au niveau émotionnel et nerveux. Nos vies et nos cœurs ont été réduits en mille morceaux, et notre famille ne sera plus jamais la même.

Jamie était passionné par sa carrière de mécanicien-monteur et suivait les traces de son père. Il en était à sa quatrième année comme apprenti dans ce métier au moment de son décès. Une occasion de travail s'offrait à lui dans le nord de l'Ontario. Quelque chose de prometteur et de stable. Il aimait se rendre à Bruce County, là où il travaillait à Tiverton, ON.

Il avait prévu de camper au Parc national Bruce cet été-là, mais ce sont ses cendres qui ont été dispersées

- Un frère qui nous manque (suite en page 5)

20
ans
2003 - 2023

Vingt ans d'espoir, de guérison... et bien plus.

par Shirley Hickman, fondatrice
et PDG de Fil de Vie, et
Sharon Freeman, coordonnatrice

Quelle direction prendra Fil de Vie au cours des 20 prochaines années?

Lorsque Tim Hickman est mort en 1996 et Amanda Peat en 2000, les systèmes de soutien aux familles étaient inexistantes. Sharon et Shirley étaient liées par le désir commun d'éviter à d'autres familles ce qu'elles avaient vécu. Fil de Vie a commencé à germer pendant que nous travaillions avec plusieurs agences gouvernementales et des organismes communautaires. Le besoin d'offrir un soutien par les pairs a été clairement identifié et notre mission en deux temps s'est développée. Des groupes communautaires et des employeurs ont emboîté le pas et offert leur soutien durant vingt ans. Fil de Vie a grossi et peut fournir du soutien et des services à plus de 3 600 membres familiaux partout au Canada. Cela est rendu possible grâce à vous. Vous êtes bénévoles, commanditaires et donateurs, et cette année vous avez célébré avec nous le 20^e anniversaire de l'organisme.

Quelle sera la suite?

On nous connaît davantage. Plus de gens et, chaque année, des membres familiaux s'adressent à nous pour obtenir du soutien et de l'information. Que pourra-t-on faire pour eux?

Nous accueillerons le changement, et serons résilients et toujours



Image par RDNE Stock project, Pexels

Quelle direction prendra Fil de Vie au cours des 20 prochaines années?

empathiques. Nous devons être astucieux, nous adapter à l'évolution des besoins des membres familiaux et faire preuve de compassion pour aider les familles à cheminer dans leur parcours de guérison.

Comment y arriverons-nous?

Notre personnel et le conseil d'administration réfléchissent régulièrement à notre mission, à notre vision et à nos valeurs, et à chaque réunion nous veillons à ce que ces énoncés soient toujours pertinents. C'est important pour l'avenir de Fil de Vie, et tous ses programmes et services seront créés en fonction de ces énoncés pour que le soutien familial et la prévention prévalent.

Nous obtiendrons du financement pour offrir des services et des programmes, et soutiendrons un nombre croissant de membres familiaux et de partenaires. Nous nous appuyerons sur le modèle collaboratif actuellement en place avec les ressources gouvernementales, sur les octrois et les commanditaires de nos programmes, sur les levées de fonds à partir d'activités comme Un pas pour la vie, et sur les communautés ou les initiatives d'employés qui organisent d'autres événements. Nous sommes l'organisme caritatif de choix des

employeurs, et ces derniers y adhèrent de plus en plus. Cela se poursuivra si nous maintenons des principes de déontologie favorisant la transparence, la confiance et la réputation fièrement bâtie.

Nous emploierons les moyens technologiques appropriés pour que les familles obtiennent des services en continu, comme les ateliers FamiliesConnect, les ateliers d'accueil, le tout offert en tenant compte du décalage horaire. Le potentiel pour la formation en ligne des nouveaux Guides familiaux bénévoles est là. Nous savons qu'il s'agit d'une avenue importante pour maintenir un équilibre entre les rencontres en présentiel et en virtuel.

Cela dit, nous espérons créer au pays des programmes de soutien par les pairs au niveau régional pour permettre aux membres familiaux de participer à des mini-forums familiaux dans leur ville. Ce serait une occasion de rencontres en présentiel pour les personnes ne pouvant aller au forum familial régional tout un week-end.

Nous savons que comprendre les besoins évolutifs de nos membres et y répondre assurera à Fil de Vie une solide fondation. Nous devons continuer à écouter attentivement. Ce sont des bénévoles issus de familles et

de communautés qui ont créé Fil de Vie, et ce modèle nous assurera une croissance continue.

Ce serait extraordinaire si dans vingt ans nous n'avions plus besoin de Fil de Vie, si tous les travailleurs revenaient à la maison sains et saufs chaque jour. C'est un privilège que de prendre part à cet organisme qui aide des familles comme les nôtres à progresser dans leur parcours de chagrin et de guérison. Fil de Vie restera un organisme sain et attentionné. Notre objectif fondamental au cours des années à venir est que tous les Canadiens et Canadiennes pouvant bénéficier de nos programmes et services soient mis au courant. Merci à vous tous et toutes de soutenir notre croissance.

... Récit d'une mère

(suite de la page 2)

ni l'aptitude ni l'empathie nécessaire pour vraiment comprendre ce que signifie perdre un enfant. Le plus terrible pour moi à ce moment-là, c'est qu'il n'avait pas d'enfant. J'ai su que l'entretien allait prendre fin. J'avais besoin d'être soutenue par quelqu'un qui me comprenait complètement et qui avait vécu ce parcours déchirant dans lequel j'essayais de m'orienter.

Le lendemain, nous avons reçu un appel de la SST pour discuter de l'enquête sur l'accident. Notre intervenant nous a suggéré de parler à quelqu'un de Fil de Vie et nous a offert de nous mettre en communication. Être en contact avec ce super organisme, lire des récits très semblables aux nôtres et entendre parler du grand nombre de familles ayant vécu le même chagrin m'a considérablement aidée à me sentir moins seule. J'ai senti qu'on me voyait, qu'on m'entendait, qu'on me comprenait. Lorsqu'on vit un deuil, c'est ce qu'on recherche. J'ai alors découvert une nouvelle famille et compris que je traverserais ce parcours

comme bien d'autres avant moi.

Au moment où j'écris ces lignes, nous sommes à trois semaines du troisième anniversaire de son décès. La présence de notre extraordinaire fils nous manque au quotidien. Certains jours, cela paraît irréel. J'ai depuis découvert qu'accompagner d'autres familles ayant perdu des enfants à s'orienter dans leurs parcours, les écouter, les comprendre, tout cela occupe une grande part de mon parcours de guérison. Je crois qu'il est important de redonner au suivant. Je me suis inscrite à un programme d'études en santé, bien-être, nutrition et coaching de vie qui mène à un certificat en counseling général et en coaching sur le deuil et le chagrin. Je suis aussi très reconnaissante du fait que mon rapport à la spiritualité est fort. Ça m'a permis d'aller de l'avant et de parler de l'importance de transmettre un message d'espoir aux gens qui en ont le plus besoin. Je crois que la meilleure façon de soigner notre esprit et notre corps d'une perte aussi bouleversante est d'accompagner ceux et celles qui ont besoin de guérison dans ce parcours que personne ne cherche à vivre.

...Un frère qui nous manque

(suite de la page 3)

au Grotto sous un arbre près d'une aire de repos et de réflexion pour les travailleurs de Tiverton. À Barrie, une pierre commémorative en granite noir gravée se veut un rappel. Il y a eu

une levée de fonds en son honneur.

Ce sont 75 000 \$ qui ont été versés à Kids in Camp à l'intention d'enfants démunis qui comme lui aiment la musique, l'art et la vie en plein air.

Nous croyons que plusieurs mesures auraient permis d'épargner la vie de notre frère. Nous devons continuer à combattre notre chagrin et à chercher à vivre. Nous avons perdu Jamie au milieu de la pandémie, et je suis très reconnaissante à Fil de Vie. J'ai reçu du soutien de gens avec lesquels j'ai des atomes crochus. J'anticipe avec joie de participer chaque année au Forum familial pour voir partager des récits de nos bien-aimés et les maintenir en vie dans notre mémoire, tout en informant sur la sécurité en milieu de travail.

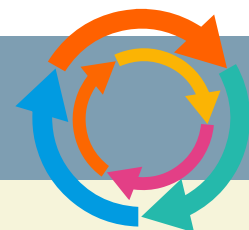
C'était un fils, un frère et un oncle dévoué pour ma fille London qui l'adorait. Il manque à ses parents, ses sœurs, sa grand-mère Theresa, sa nièce London, son neveu Jamie qu'il n'a jamais connu; à bien des tantes, oncles et cousins; à sa famille étendue, ses amis et collègues; et à ses copains de la section syndicale 2309.

À Fil de Vie, nous croyons que faire part du vécu à la suite d'une tragédie du travail aide à guérir.

Vous êtes prêt ou prête à en parler? Écrivez-nous une pensée, un poème ou un brouillon pour notre blogue (threadsoflife.ca/news), ou rédigez votre récit pour un prochain numéro de Fil. Pour en savoir plus, envoyez un courriel à Susan à l'adresse shaldanc@threadsoflife.ca.

À Fil de Vie, nous croyons que faire part du vécu à la suite d'une tragédie du travail aide à guérir.

Vous êtes prêt ou prête à en parler ? Vous êtes prêt ou prête à en parler? Écrivez-nous une pensée, un poème ou un brouillon pour notre blogue (threadsoflife.ca/news), ou rédigez votre récit pour un prochain numéro de Fil. Pour en savoir plus, envoyez un courriel à Susan à l'adresse shaldanc@threadsoflife.ca.



On vous ouvre la voie... d'un parcours de guérison

Le temps aide à la guérison, mais il n'est pas nécessairement vrai qu'il guérit toutes les blessures. Il arrive parfois qu'on doive jouer un rôle actif dans notre propre guérison, et il y a un moyen d'y arriver : par les ateliers virtuels FamiliesConnect. Nos thèmes

de 2024 sont déjà définis et ils sont variés. Ils offrent des techniques d'autosoins et plongent au cœur d'importants problèmes. Chaque atelier offre de l'information et le leadership d'un animateur expérimenté, et l'occasion à chaque participant de faire part de son vécu s'il le désire. Il ne vous faut qu'un ordinateur ou un cellulaire pour vous connecter. C'est un milieu qui offre un grand soutien et le moyen idéal de faire un pas de plus dans le parcours de guérison. N'hésitez pas à vous inscrire en allant sur le site threadsoflife.ca/familiesconnect.

24 janvier 2024 : Trace-moi une rivière — Cet atelier vous invite à écrire un journal. Heidi offre une foule d'indices dans un cadre amusant pour que vous puissiez vous exprimer sur papier. Il s'agit d'une approche non linéaire à la rédaction d'un journal personnel qui fait souvent ressortir des forces et des perles de sagesse. Une belle façon de surpasser votre critique intérieur et une méthode éprouvée pour activer la créativité.

21 février 2024 : Atelier artistique Zentangle — Cet atelier se veut un guide de départ dans l'art du Zentangle, une façon de dessiner toute simple qui donne des motifs complexes. Elle aide à calmer l'anxiété, à accroître la confiance en soi et à vivre en pleine conscience. Vous apprendrez à dessiner des motifs standard et en verrez de nouveaux !

27 mars 2024 : Vivre avec une douleur chronique — Cet atelier offre de l'information et des techniques pratiques pour composer avec la douleur, la frustration,



la fatigue et les difficiles émotions associées à la douleur chronique, pour vous redonner confiance et vous motiver à gérer les défis.

Comment pouvons-nous vous aider?

Vous êtes nouveaux à Fil de Vie? Vous vous demandez où est votre place et quels programmes vous conviendraient le mieux ?

Si vous vivez l'impact d'une blessure, maladie ou mort liée au travail, joignez-vous à nous pour apprendre gratuitement comment nous aidons des familles à composer avec ce qui leur arrive. Nous savons que la guérison dans les cas de tragédies du travail comporte maints défis. Vous obtiendrez un aperçu de nos programmes et services offerts sans frais aux personnes ayant besoin de soutien. Pour vous inscrire, visitez threadsoflife.ca/familiesconnect ou appelez-nous au 888-567-9490.

- **2 décembre** 14 h — heure de l'Atlantique; 13 h heure de l'Est; midi, heure du Centre; 11 h, heure des Rocheuses; 10 h heure du Pacifique.
- **9 janvier** 20 h — heure de l'Atlantique; 19 h, heure de l'Est; 18 h, heure du Centre; 17 h, heure des Rocheuses; 16 h, heure du Pacifique.

Sept stratégies pour contrer le chagrin par la résilience

par Bailey Dunyo, Coordinateur marketing



Pour se montrer résilient, il faut rendre notre voix intérieure douce et attentionnée.

Cet été, Fil de Vie a invité le Dr Eunice Gorman, professeure associée et doyenne du King's University College, à animer un atelier de FamiliesConnect sous le thème : « Comment composer avec une perte », où elle a présenté des stratégies de résilience face à une tragédie.

Nous avons compilé sept aperçus clés présentés par Eunice dans son atelier et la façon dont on peut les mettre en pratique dans notre vie pour composer au quotidien avec le chagrin.

Si vous désirez visionner l'atelier au complet, allez sur YouTube à [youtube.com/@ThreadsoflifeCanada](https://www.youtube.com/@ThreadsoflifeCanada).

1. Faites appel à votre sens moral. Être résilient ne signifie pas contrer l'adversité. C'est avoir un sens moral, un guide intérieur, qui permet de naviguer et de déterminer ce qui nous convient ou ne nous convient pas. On vous demande de faire quelque chose qui va à l'encontre de vos principes? Vous pouvez refuser en disant « non, je ne sens pas que c'est pour moi », dit Eunice.

Ce sens moral est votre étoile Polaire. Il permet de vous ancrer lorsque tout est chaotique autour de vous. Il vous aide à prendre des décisions en lien avec vos convictions et vos valeurs, même si ceux qui vous entourent pensent autrement.

2. Utilisez judicieusement votre énergie mentale. Les gens résilients savent préserver leur énergie mentale. Comme le dit Eunice : « quand vous n'arrivez pas à sortir de votre tête ou de votre cœur, c'est un jour où l'énergie est faible. »

C'est à ce moment qu'on doit reconnaître qu'on ne donne pas notre 100 % et se permettre d'agir en conséquence. En d'autres termes, dit Eunice, c'est correct de ne pas trop

s'en demander quand notre monde intérieur est écrasant.

3. Ayez de la compassion envers vous-même. On est souvent aimable et attentionné envers les autres, mais dur et impatient envers nous-mêmes. Pratiquer l'autocompassion fait partie de la résilience. Selon Eunice, il nous faut emprunter une voix intérieure « douce et bienveillante, comme si on parlait à un être cher ». C'est plus nourrissant que de s'autocritiquer.

4. Accueillez la vulnérabilité. On a parfois l'impression que la vulnérabilité est une faiblesse, mais c'est une force qui contribue à la résilience. Se montrer vulnérable, c'est savoir demander de l'aide au besoin, parler des émotions, accueillir les tiraillements. C'est savoir reconnaître ses émotions plutôt que de chercher à les nier ou de se conformer à ce que les autres pensent à ce sujet.

5. Focus sur la « persévérance productive ». La résilience, ce n'est pas persister face à l'adversité. C'est trouver l'équilibre entre persévérer lorsque cela en vaut la peine et reconnaître quand le moment est venu de changer de direction. Comme l'explique Eunice, c'est ce qu'on appelle la « persévérance productive ». C'est faire des choix informés et se montrer flexible face aux défis.

6. Accueillez la « générosité ». Selon Eunice, c'est la fusion de la « générosité » et de la « gratitude ». C'est savoir apprécier ce qu'on a et trouver de la joie dans les aspects positifs de la vie. Il y a de la place pour la gratitude, même devant les défis, et en se montrant positifs avec autrui, on peut accroître notre résilience.

7. Appuyez-vous sur la résilience indirecte.. « Quand on manque de résilience, on peut en emprunter, » dit Eunice. La résilience, ça se partage, tout comme les émotions négatives. Observer la résilience d'autrui, c'est inspirant et motivant. Ça nous aide à bâtir la nôtre. Lorsqu'on voit des gens surmonter des défis, ça nous insuffle de l'espoir et de la détermination pour nous guider dans les moments difficiles.

L'atelier de Dr Gorman nous rappelle que la résilience n'est pas une caractéristique fixe, mais plutôt une aptitude qui se développe au fil du temps. Bien qu'il soit difficile de vivre avec le chagrin, montrer de la résilience peut nous aider à faire surgir des forces qui aident à composer avec la perte, et à mettre un pied devant l'autre même durant les jours les plus difficiles.

Profil d'un bénévole : **Anton Voronin**

par **Shari Hinz**, coordonnatrice du développement régional, Ouest du Canada



Anton Voronin

L'engagement communautaire, ça signifie quoi? Comment décide-t-on de s'engager volontairement dans cette voie? Anton Voronin est bénévole à Fil de Vie en plus de faire partie du comité organisateur de la randonnée Un pas pour la vie à Winnipeg. Anton est devenu bénévole à Fil de Vie en 2022. Il assume le rôle de membre du comité organisateur et de bénévole à l'Engagement communautaire. Ce choix, il l'a fait lorsqu'il en a su davantage sur l'organisme et sur les familles qu'elle aide. C'est un collègue du métier qui l'a approché, puis il a fait ses propres recherches.

Anton a été bénévole dans bon nombre d'organisations au fil des ans. « Quand j'étudiais à l'université, la faculté m'a incité à faire du bénévolat ». Il s'est impliqué auprès de l'Écocentre de Winnipeg, des Grands Frères, Grandes Sœurs, de l'Ambulance St-Jean et de la patrouille Bear Clan qui patrouille des quartiers pour venir en aide à des personnes à risques ou sans-abris. Il a aidé récemment des arrivants ukrainiens au stand d'accueil de l'aéroport. Comme professionnel en santé et sécurité, choisir de faire du bénévolat à Fil de Vie s'est imposé. « Je vois le but de la démarche et constate que Fil de Vie est encore méconnue. » C'est là une raison qui le motive. Pour lui, c'est important de s'impliquer bénévolement dans l'Engagement communautaire.

Comme professionnel de la sécurité, Anton a pu constater comment les blessures au travail peuvent changer des vies. « Au début avec ces personnes, on cherche à miser sur la convalescence sans tenir compte de la santé mentale dans le champ de la guérison », indique Anton. Il aimerait continuer à sensibiliser sur la santé mentale des travailleurs blessés et a l'impression que Fil de Vie comble un vide qu'il a personnellement remarqué.

Comme bénévole, il ne sent pas que son implication fait une différence en soi. Il est humble de nature. Comme bénévole dans l'Engagement communautaire, Anton a l'occasion de parler de Fil de Vie et de ses services aux gens impliqués dans la santé et sécurité. Il a été une source d'inspiration pour un nombre important de personnes et les a amenées à s'impliquer bénévolement à Fil de Vie pour soutenir la randonnée Un pas pour la vie de Winnipeg. Il voit d'un bon œil le fait de pouvoir sensibiliser les gens. Il aimerait donner l'exemple dans ses réseaux sociaux et professionnels, car les gens s'identifient au message et à son importance. « C'est pour moi significatif, car je travaille dans la sécurité. J'ai rencontré des gens sur qui cela a eu un impact après un accident du travail, et chaque fois ça m'a touché. Je sens que Fil de Vie occupe une niche précise que la WCB et les employeurs ne peuvent combler. »

Ce qu'il trouve gratifiant, comme bénévolat à Fil de Vie, c'est de voir les résultats du travail colossal que fait le comité et de pouvoir parler aux membres familiaux qui doivent composer avec une tragédie du travail. Pour ce qui est de son implication directe dans l'Engagement communautaire, Anton dit que ce qui est le plus gratifiant, c'est d'être mis au défi d'utiliser son propre jugement et sa créativité dans ce rôle. « Il n'y a ni feuille de route ni directions précises. C'est ce qu'on en fait. Je crois que j'excelle tout particulièrement dans ce genre de défis. » C'est l'un des aspects uniques de ce rôle : chaque bénévole a une perspective unique, un réseau et des aptitudes, ce qui lui permet de personnaliser son approche à l'engagement là où il s'implique.

Fil de Vie profite vraiment de l'implication et de la créativité de bénévoles convaincus comme Anton. « Je crois que nous avons tous un rôle à jouer pour améliorer le monde dans lequel on vit », dit-il. « Le bénévolat, c'est plus direct comme implication. On gagne en humilité lorsqu'on en apprend plus sur ce que vivent les gens dans le besoin. Ça me remet les choses en perspectives. »



La pierre angulaire...et l'étoile Polaire

La fondatrice de Fil de Vie, Shirley Hickman, parle souvent de bâtir le fondement d'un organisme, et elle met l'accent sur la nécessité pour celui-ci d'être solide, assez solide pour soutenir la croissance de Fil de Vie et plus de gens affectés par des blessures, maladies et décès causés par le travail. Notre vision, notre mission et nos valeurs ont été la pierre angulaire de notre travail. Ils nous ont aidés à prendre des décisions

fondées sur la raison et nous ont rappelé la raison d'être de cet organisme. Après vingt ans nous envisageons maintenant la suite, et ces énoncés sont plus que de simples mots sur papier : ils sont notre étoile Polaire, celle qui montre le chemin aux membres du conseil d'administration de Fil de Vie. Notre souhait est qu'ils aient le même impact sur vous que sur nous.

MISSION

Notre mission est d'aider des familles à guérir grâce à une communauté de soutien et à promouvoir l'élimination des blessures, maladies et 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 liés au travail.

VALEURS

Ce en quoi nous croyons :

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

L'écoute : écouter peut soulager la douleur et la 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.

Vos récits à venir en 2024



Faire part de son vécu est une forme de guérison. On écrit son propre récit : il nous vient en aide et permet ceux et celles qui le liront de guérir en sachant qu'ils ne sont pas seuls. Nous sommes à planifier nos numéros de Fil en 2024. Vous aimeriez voir votre récit publié dans cette infolettre?

Communiquez alors avec Susan à shaldane@threadsoflife.ca ou appelez-nous au 888-567-9490. Nous vous soutiendrons et guiderons pour mettre le tout par écrit.



Relation bien ancrée avec l'ACSA

Si vous cherchez une preuve tangible de la relation qu'entretient l'ACSA (Alberta Construction Safety Association) avec Fil de vie, vous la trouverez au dos de chaque t-shirt d'Un pas pour la vie de l'Alberta. L'ACSA commandite chaque randonnée organisée dans cette province depuis bientôt 10 ans. Ce n'est là que le symbole le plus évident de l'importance de cette relation qui joue un rôle vital dans les deux organisations.

« Le partenariat de longue date entre l'ACSA et Fil de Vie renforce la raison d'être de notre travail qui est d'éduquer sur la sécurité et de fournir des ressources à l'industrie de la construction », précise Mark Hoosein, PDG de l'ACSA. « Fil de Vie est pour l'équipe de l'ACSA un rappel constant du rôle vital que nous jouons chaque jour dans la prévention des blessures au travail et la promotion de milieux des plus sécuritaires pour tous. Nous reconnaissons l'importance cruciale d'offrir un soutien à ceux et celles affectés par une tragédie du travail.

Ce soutien crucial vise bon nombre d'aspects des programmes de Fil de Vie. En plus de commanditer financièrement les randonnées Un pas pour la vie, l'ACSA invite ses employés et des bénévoles à s'impliquer dans la planification de l'activité. Nos représentants des comités régionaux sur la sécurité contribuent à la tenue de la randonnée de Grande Prairie jusqu'à la toute nouvelle

randonnée de Lethbridge.

Les membres et le personnel de l'ACSA organisent régulièrement des levées de fonds permettant de soutenir les programmes de Fil de Vie, comme le tournoi de hockey-balle annuel à Edmonton, lequel a permis jusqu'ici d'amasser des milliers de dollars et de sensibiliser aussi des milliers de gens à l'existence de Fil de Vie.

L'ACSA a accueilli des conférenciers bénévoles de Fil de Vie à ses conférences et rencontres pour faire passer l'information et donner aux membres familiaux une chance de raconter leur vécu.

Les membres organisent aussi les cérémonies du Jour de deuil qui honore ceux et celles affectés par des tragédies du travail.

Comme Fil de Vie, nous partageons le désir d'insuffler en milieu de travail une culture axée sur la santé et sécurité.

« Lorsqu'il y a une tragédie, dit Mark Hoosein, PDG, les personnes affectées ne sont pas seulement celles directement touchées par un décès ou une blessure grave. Ça se répercute sur le milieu de travail, les familles et les êtres chers. Fil de Vie axe son travail sur la guérison, l'apprentissage et le partage d'information pour aider les êtres chers à composer avec leur douleur et pour prévenir d'autres accidents. »

Un leadership fort qui montre la voie à Un pas pour la vie – les commanditaires portent le flambeau de la randonnée jusque dans leurs milieux de travail

Les commanditaires d'UN PAS POUR LA VIE — marcher pour des familles affectées par une tragédie du travail — aident tous à ouvrir la voie à la prévention des accidents du travail tout en aidant à la formation d'une communauté de soutien pour ces familles. Les contributions vont de 250 \$ à 10 000 \$, selon que l'on contribue au niveau local ou national. Chaque année, les commanditaires de la randonnée soutiennent sa croissance au niveau national et communautaire.

Comme cette activité vise à sensibiliser et à obtenir des fonds, chaque dollar compte.

Les fonds amassés chaque année par l'entremise de la randonnée permettent à Fil de Vie d'offrir des services pour aider des personnes et des familles à guérir à la suite d'une mort, d'une blessure ou d'une maladie causée par le travail. Ces programmes et services sont offerts sans frais aux familles déjà éprouvées au niveau financier par les répercussions de la tragédie.

Or, les commanditaires d'Un pas pour la vie sont fermement impliqués dans la sécurité au travail et transmettent les messages véhiculés durant l'événement jusqu'en milieu de travail.

Chacun a choisi de montrer son engagement, comme communauté ou marque, pour prévenir les tragédies en milieu de travail, et soutenir les personnes et les familles après une perte. Cet engagement est mis en valeur durant les semaines avant et après la randonnée. Il s'observe chez les collègues qui promeuvent l'activité, qui participent à la levée de fonds, qui font du bénévolat et qui s'impliquent.

Alors, si Un pas pour la vie semble être le type d'activité à laquelle votre organisation pourrait participer, ou vous connaissez une entreprise intéressée, visitez le site stepsforlife.ca pour voir comment se dérouleront les commandites en 2024 : seuil de 250 \$ (Allons de l'avant) jusqu'à 2000 \$ au niveau champion.



Activités à venir

■ Ateliers virtuels « Families Connect »

- Comment puis-je vous aider?
Intro à Fil de Vie – 2 décembre
- Qui suis-je maintenant? Faire les premiers pas avec Rebecca – 13 décembre
- Comment puis-je vous aider?
Intro à Fil de Vie – 9 janvier
- Trace-moi une rivière avec Heidi Hunter – 24 janvier
- Atelier artistique Zentangle avec Barb – 21 février

FAITES CONNAÎTRE L'INFOLETTRE!

Après l'avoir lue, donnez-la à quelqu'un ou laissez-la traîner à la cafétéria ou dans le lobby.

Pour faire un don



Pour nous joindre

Sans frais : 1-888-567-9490
Télécopieur : 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

INFOGRAPHE

Chris Williams

COLLABORATEURS INVITÉS

Tera Colville
Marlyn Quast-Frank



Accredited
IMAGINE
CANADA

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



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 RR0001.

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 la douleur et la souffrance.

La 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.

Les avantages des dons mensuels

Lorsque vous donnez chaque mois à Fil de Vie, vous en profitez tout autant que nous :

- **C'est moins lourd sur votre portefeuille** — Étalez vos dons sur l'année plutôt que de donner une grosse somme une ou deux fois par an.
- **C'est plus simple!** — Vous n'avez plus à vous soucier de faire un don chaque mois : c'est automatique. Accédez à notre page de dons en ligne ou contactez-nous au bureau. Vous verrez, c'est facile.
- **Votre impact sera majeur** — Grâce au soutien de donateurs mensuels, Fil de Vie peut prédire sa trésorerie, mieux planifier et mener à bien sa mission d'aide aux familles et de prévention des tragédies.

Si vous voulez faire des dons mensuels à Fil de Vie, visitez le www.threadsoflife.ca/donate ou contactez-nous au bureau au 888-567-9490.

