fil de vie

VOL.22, NO. 1, PRINTEMPS 2024

PRÉVENTION | SOUTIEN | PARTNENARIAT

Les nombreux chemins *de la* guérison

Le vécu d'un membre familial est unique, et nous savons qu'un parcours de guérison l'est tout autant. Certains choisissent de marcher, d'autres de courir — littéralement! Certains méditent en silence, tandis que d'autres partagent leur récit tout haut. Heureusement, tous ces chemins de guérison sont offerts à Fil de Vie, ce qui crée un réseau de compréhension et de soutien.

Image par Tom Fisk,Pexels

MESSAGE DU PRÉSIDENT

Bill Stunt

J'ai toujours trouvé approprié que la santé et la sécurité émergent au printemps. Le printemps, c'est le renouveau, les nouveaux départs. Le Jour du deuil, les activités de Fil de Vie et la Semaine nationale sur la santé et la sécurité se combinent pour souligner la santé et sécurité au travail. Nous voulons, il est vrai, que les gens pensent à la sécurité à longueur d'année, mais c'est le moment idéal pour bâtir un monde où les blessures, maladies et décès au travail sont moralement, socialement et économiquement inacceptables.

DANS CE NUMÉRO

chroniques

Quelques décennies de plus 2
« Je souhaite avec ardeur » 4

rubriques

SOUTIEN FAMILIAL

Trousse de guérison : méditation échographique..... 6

BÉNÉVOLE

Profil d'une bénévole : Tammy McCab 8

PARTENARIATS ET FINANCEMENT

Tisser une tapisserie d'espérance..... 8
Des donateurs comme vous : Liz Webley..... 8
Un marathon de guérison..... 9

UN PAS POUR LA VIE

Un pas pour la vie : donnons l'exemple sur la sécurité 10
L'équipe « Cœur et semelle » du CCOHS d'Un pas pour la vie..... 11

QUELQUES DÉCENNIES DE PLUS

par **Tara Elliott**

Bien des gens se souviennent avec exactitude de ce qu'ils faisaient le 11 septembre 2001 au matin. C'est un repère temporel dans la mémoire, un souvenir frappant et détaillé d'un événement affectif important souvent associé à une nouvelle surprenante et percutante. Ça ne m'est pas arrivé souvent dans ma vie : le jour de la naissance de mes enfants, le 11 septembre, le jour de la mort de la princesse Diana, et le 6 juin, jour où mon père est mort au travail.

On ne réfléchit jamais vraiment au temps qui nous est accordé avec nos êtres chers. Perdre un parent, peu importe son âge, ça donne un coup. Il m'apparaissait impossible que ça puisse arriver à mon père. Mon père a toujours été mon héros depuis la plus tendre enfance jusqu'à l'âge adulte. Il pouvait tout faire, tout réparer, tout construire et raconter les blagues les plus stupides en ricanant bêtement, ce qui nous faisait lever les yeux au ciel et chaque fois rigoler. Lui et moi, on était comme deux gouttes d'eau. J'étais son gars, comme disait ma tante. Ce qui l'intéressait m'intéressait. Être avec lui et lui parler, c'était facile. Je n'ai jamais douté de son amour. Il était gentil et attentionné dans ces gestes. Il était toujours partant lorsqu'on lui demandait quelque chose. Ainsi, à l'automne 2018, lorsque notre chauffe-eau s'est déversé dans le sous-sol de la maison dans laquelle nous venions d'emménager trois mois plus tôt, je l'ai appelé, car mon mari était au travail à une heure de route de la maison.

Stephen Brown

Mes parents vivaient à quelques pâtés de maisons de chez nous. Papa est arrivé aussitôt et s'est mis au travail. Il savait quoi faire et m'a calmée. Il était là pour sa famille et ne posait jamais de questions. On se disait à la blague ma sœur et moi que si nos maris ne voulaient pas entreprendre des travaux domiciliaires, on n'avait qu'à leur dire qu'on demanderait à papa. C'était assez pour les motiver, car ils savaient qu'il ferait tout pour nous.

Papa nous a beaucoup appris à ma sœur et à moi au fil des ans et refusait de nous traiter en princesses. On a appris à changer l'huile du moteur, à conduire des autos manuelles et à permuter des pneus. Chez nous, le rite de passage était d'installer quatre pneus avant de conduire. Papa voulait faire de nous des femmes fortes et comp-étentes, et nous lui en serons toujours reconnaissantes. Depuis son décès, chaque fois que je rencontre une difficulté qui m'aurait fait l'appeler, je me demande comment je peux résoudre moi-même le problème. Je crois qu'il en serait fier. Je sais qu'il veille sur nous, ce qui me réconforte. Deux fois, durant une rencontre familiale, le moulin à café s'est tout à coup mis en marche pendant que ma sœur et moi préparions des aliments. Nous n'étions loin du moulin. La première fois que c'est arrivé, ma sœur et moi nous sommes regardées, étonnées. Ma sœur a dit : « Crois-tu que c'était papa? » La seconde fois, on a rigolé et simplement dit : « c'était papa! » C'était peut-être un problème de câblage, mais on aime à penser que c'était sa façon de nous dire qu'il était là avec nous, à travers le moulin à café, son meilleur compagnon.

Le jour où nos vies ont changé, le 6 juin 2019, ma mère m'a téléphoné au travail. Elle m'appelait rarement au travail et ça m'a déroutée. Dès que j'ai répondu, j'ai su que quelque chose n'allait pas. Elle était affolée et

je ne comprenais rien de ce qu'elle me disait sauf ceci : « il y a eu un accident! ». J'ai tout de suite pensé à mon fils de deux ans qu'on avait dû emmener aux urgences à plusieurs reprises, mais lorsqu'elle a dit « ton père… », je n'ai pas compris. Mon père? Quel genre d'accident? Un accident de voiture? N'est-il pas au travail? Tout défilait rapidement dans ma tête. Elle n'avait aucun détail. C'était arrivé au travail et on l'emmenait à l'hôpital. J'ai raccroché en tremblant. Je savais que je devais aller la rejoindre à l'hôpital pour en savoir plus, mais j'ai d'abord choisi de terminer ce que je faisais et j'ai ensuite rassemblé mes choses pour partir. J'avais de la difficulté à réfléchir et je me suis égarée en chemin, au point que ma sœur et moi sommes arrivées au même moment à l'hôpital et sommes entrées ensemble. Lorsqu'on a demandé à voir Steve Brown, on nous a conduites dans une salle de consultation où nous attendaient un médecin et une travailleuse sociale. C'est là que nous avons su. On vit tous le chagrin différemment. Ma mère pleurait tranquillement. Ma sœur a lancé son sac à travers la pièce et a crié: « QUE S'EST-IL PASSÉ!??! »

Mon père était un machiniste chevronné qui venait de célébrer ses 60 ans. Il a été frappé par un bloc porteur de 11 kilos qui s'est détaché de la tour où il travaillait. Il a reçu un morceau de métal de plein fouet dans la poitrine et il est mort sur le coup. J'ai eu la chance de parler à ses collègues après l'accident. Ils étaient pour la plupart plus jeunes que lui, de jeunes parents, et Papa les guidaient depuis des années. Un jeune homme qui avait la larme à l'œil nous a expliqué à ma mère, à ma sœur et à moi, comment il a couru vers mon père en criant son nom, mais mon père était inconscient. Il a cherché son pouls, n'a rien senti et est resté figé sur place ne sachant que faire. Il a alors crié « Appelez le 911! ». Il dit s'être senti tellement coupable de ne pas avoir fait plus pour mon père. En vérité, même s'il avait essayé, il n'aurait pas pu l'aider, mais il se sentait quand même traumatisé et coupable. D'autres collègues sont venus à la rescousse et ont réussi à utiliser un DEA pour le ranimer. Deux défibrillations, mais aucun résultat. Lorsque les ambulanciers sont arrivés, ils ont exercé une compression automatique sur la poitrine de mon père. Les collègues de travail qui se trouvaient là disent qu'ils y pensent encore. Ils se rappellent le bruit agressant de l'appareil. Les ambulanciers se sont acharnés durant 30 minutes avant de le transporter à l'hôpital. Les médecins nous ont dit qu'on l'a déclaré mort très peu de temps après son arrivée à l'hôpital. Lorsque ma mère a reçu l'appel, il était déjà mort.

Il y a eu une enquête qui a duré un peu plus d'un an. Aucun signe de négligence n'a été relevé dans le programme de sécurité de l'entreprise, et on en a conclu à une erreur opératoire. Je n'arrivais pas à comprendre que ça puisse être simplement une erreur opératoire. Mon père ne prenait jamais de risques! Il était reconnu pour ne jamais tourner les coins ronds en matière de sécurité. Il mesurait tout deux ou trois fois avant de couper. Les gardes étaient en place et il portait des verres de sécurité. La conclusion nous a choqués. Sa mort nous semblait vaine, sans leçons à retenir pour éviter le même sort à ses collègues. J'ai fait appel, mais sans succès, et nous avons dû nous résigner et conclure à un oubli de notre père.

C'est le gestionnaire de cas de la CAT qui nous a fait connaître Fil de Vie. Le soutien que nous avons eu de la communauté de Fil de Vie a été un réel cadeau. Quand on est entouré de gens qui comprennent vraiment ce que perdre un proche subitement et brutalement signifie, on se sent moins seul. On blaguait durant la formation à Fil de Vie en se disant qu'on peut être tout à fait soi-même, faire de l'humour noir, car on est lié par un traumatisme. Beaucoup trop de gens souffrent après ce genre d'accident, pas seulement des familles, mais des communautés et des collègues.

Le fait est qu'on est tous des humains et que les humains font des erreurs stupides pour bien des raisons. Papa était-il en train de planifier son week-end? Était-il fatigué? Avait-il le cerveau embrumé, ce qui lui a fait rater une étape? Après sa mort, j'ai changé de carrière. Je suis maintenant coordonnatrice de la sécurité et je constate, malheureusement, que la sécurité est encore vue comme une étape inopportune à laquelle il faut se soumettre. Même quand on croit que l'entreprise veille à notre sécurité, on est nous-mêmes notre meilleur défenseur. Il faut y songer constamment. Au travail, il faut se montrer conscient de tous les dangers qui nous entourent. Faites-le pour vous-mêmes, pour vos collègues, votre famille et ceux qui vous aiment et dont la vie serait détruite sans vous. Votre vie peut changer ou s'envoler en un seul instant.

J'ai eu la chance d'avoir mon père à mes côtés durant les grands moments dans ma vie : ma remise de diplômes, mon mariage, la naissance de mes enfants, l'achat de ma première maison.

Égoïstement, j'aurais bien aimé vivre plus de décennies avec lui.

Steve et ses petits-enfants

« Je souhaite avec ardeur... »

par **Shelly Kuris**

Sam adorait cuisiner au barbecue

Ma fille a écrit un poème à l'âge de 11 ans. Elle n'avait que 7 ans lorsqu'elle a perdu son père, mon mari.

> ***« Lorsque je ferme les yeux dans la noirceur, je souhaite avec ardeur, que mon papa sain et sauf me soit retourné, alors vais-je être exaucée? »***

Sam et moi nous sommes rencontrés au Collège Fleming à Lindsay, en Ontario. Même si on n'a jamais exercé dans nos domaines d'études respectifs, l'expérience en a valu la peine, car on est tombé amoureux. Sam avait toujours souhaité aller à l'Ouest, alors après un an d'économies, on a fait nos petits et on est parti.

On s'est installé dans la région de Vancouver. On est même arrivé le soir des émeutes de la Coupe Stanley. Tout un accueil en ville. Nous familles croyaient qu'on reviendrait après six mois, mais on s'est installé, on s'est marié, on a acheté une maison et on a eu trois enfants.

Le budget était serré, mais on a fait beaucoup de choses en famille. La vie était belle. Après notre arrivée dans l'Ouest, Sam a travaillé dans la construction. Il est devenu soudeur, puis mécanicien de chantier. Il aimait son travail et il éprouvait du plaisir à passer du temps avec nous. Tout de suite après la naissance de notre plus jeune, nous avons acheté une maison à rénover à la campagne. Sam aimait notre coin de pays même si la charge était lourde et le voyagement pour aller au travail était plus long.

Le jour où Sam est mort, la journée avait débuté normalement. C'était un samedi et Sam devait aller enlever de l'équipement d'un entrepôt avec un collègue de travail. L'entreprise fermait son entrepôt local pour économiser; il était situé sur un très grand terrain de grande valeur qui allait être vendu. Sam m'a embrassé avant de partir et m'a dit de l'appeler, comme il le faisait chaque matin. J'avais un rendez-vous en ville ce jour-là avec ma fille et des courses à faire. J'ai laissé mon plus vieux à la maison avec le plus jeune pendant mes courses. Avant de partir, Sam m'a téléphoné pour me dire que les choses allaient bon train, qu'il ne restait plus qu'une pièce d'équipement à déplacer et qu'ensuite il irait luncher. C'est la dernière fois que j'ai parlé à mon mari.

La pièce d'équipement qu'ils déplaçaient était une enveloppeuse, une pièce très grosse et lourde. Au moment de son installation, il y avait un anneau sur le dessus et on l'avait déplacée avec une grue. Après l'installation, l'anneau a été retiré. Le budget de fermeture n'incluait pas l'utilisation d'une grue.

Comme c'était un entrepôt d'aliments, il y avait des chariots à fourche pour les commandes. Pour gagner en efficacité, une exemption partielle du port de la ceinture de sécurité était en vigueur pour ramasser les commandes. Comme tous ces chariots pouvaient être utilisés sans attacher la ceinture, elle avait était désactivée. Sam et Mike, son collègue, ont utilisé deux chariots en tandem, car la pièce était trop lourde pour un seul chariot. Ils l'ont soulevée à quelques centimètres du sol et se sont déplacés dans l'entrepôt vers la plate-forme de chargement. À mi-chemin, ils ont rencontré un filon dans le béton du sol et quand les chariots sont passés dessus, la charge s'est déplacée. Le chariot de Sam a dérapé. Sam n'a pas sauté conformément à ce qu'indiquait le manuel de formation du chariot. Il est plutôt resté dans la cabine pendant que le chariot tournoyait. Puis le chariot a basculé, et c'est là que Sam est tombé et que l'appareil lui est tombé dessus. Le toit lui a écrasé le crâne.

Sam et moi partagions un téléphone cellulaire et il l'avait sur lui. Même si l'accident est survenu environ à 10 h du matin, j'ai continué à faire mes courses sans savoir ce qui s'était passé. La police est venue chez moi deux fois avant que j'arrive à la maison et mon plus vieux, Jack, a répondu à la porte. Je me souviens m'être sentie soulagée en arrivant, car j'avais une pizza et je ne voulais pas que Sam soit en train d'attendre son dîner. Lorsque je suis entrée, Jack m'a remis la carte professionnelle d'une policière. Troublée, je l'ai appelée et elle m'a dit qu'elle arriverait sous peu. Elle ne m'a rien dit d'autre. Puis, lorsque j'ai tenté d'appeler Sam sur son cellulaire, il n'a pas répondu. J'ai donc appelé Mike qui travaillait avec lui. Mon mari avait l'habitude de ne mettre que les prénoms de ses amis dans notre annuaire téléphonique et j'ai appelé un autre Mike, qui a simplement répondu : « Je suis tellement désolé, Shelly. » Je me souviens avoir dit et répété « Désolé, mais de quoi? » Il a alors répondu : « Alors, on ne t'a rien dit? » et c'est là que la policière est arrivée et je ne me souviens pas des détails, sinon que c'était terrible, que j'étais sous le choc, que j'étais dévastée. Jack avait 11 ans, Silver en avait 7 et Liam, tout juste 4.

Par la suite, tout a été difficile. Il y avait l'aspect pratique. Nous vivions à la campagne et quand quelque chose n'allait pas, Sam l'arrangeait. Je me rappelle avoir blagué avec mes amies du train que notre nouvelle maison était comme un cadeau qui révélait une surprise à résoudre chaque fois qu'on l'ouvrait. Il fallait maintenant que je me débrouille seule. Être mère monoparentale de trois jeunes enfants éprouvés par le décès de leur père n'était pas simple non plus. Mais ce n'était pas le plus dur. Travailler dur, ça ne m'a jamais fait peur. Le plus dur, c'était son absence à mes côtés, à nos côtés. C'était le baiser de départ le matin avant d'aller travailler, l'appel fait durant la journée pour me dire qu'il m'aimait, les câlins au lit le soir, les histoires qu'on se racontait. C'était faire des choses en famille. C'était ça le plus dur.

J'ai peine à croire que ça fait 12 ans que Sam est mort. Le parcours de deuil est long et diffère pour chacun de nous. Après la mort de Sam, il m'est arrivé de m'arrêter lorsque je voyais quelqu'un conduire un chariot à fourche de la mauvaise façon pour lui raconter l'histoire de Sam. J'étais dans une phase de colère. J'ai fait ça une fois et la réceptionniste m'a demandé si je m'appelais Shelly. Elle m'a dit qu'elle sortirait et qu'elle irait parler immédiatement à l'opérateur. C'est là que j'ai commencé à penser que les choses pouvaient changer, car elle savait qui j'étais. Peut-être que je faisais une différence après tout.

Jack, mon plus vieux, a éprouvé des difficultés durant son adolescence, malgré de nombreuses séances de counseling. Il s'était senti coupable, car ce jour-là il jouait avec son frère et il n'avait pas saisi que quelque chose de grave s'était produit quand la policière avait sonné à la porte. Il va mieux maintenant. Il est diplômé du programme de gestion de l'aviation et veut devenir pilote de ligne commercial.

Silver, ma fille, a la personnalité de son papa, ce qui me réconforte. Elle a rédigé un poème et l'a présenté au Fallen Workers Day de la C.-B. Elle étudie en Éducation à l'Université Queens et bien que son père lui manque terriblement, elle est forte et résiliente et s'en sort admirablement bien. Liam, notre bébé, entretient des souvenirs flous. Il va s'inscrire à l'université sous peu. Quant à moi, ma trajectoire a beaucoup changé depuis la mort de Sam. Je suis retournée aux études pour devenir infirmière et j'exerce ce métier maintenant depuis deux ans. Le plan était de vieillir avec Sam et je savais qu'il me fallait trouver quelque chose qui me tiendrait occupée.

Je sais que Sam nous aimait beaucoup et que son souhait n'était pas de mourir au travail. Il était scrupuleux en matière de sécurité au travail et n'éprouvait aucune honte à refuser un travail dangereux. Il n'a sûrement pas dû penser que ce jour-là le chariot se renverserait et qu'il tournoierait. Au bout du compte, c'est tout de même une tragédie. Je ne souhaiterais pas ça à mon pire ennemi.

J'ai joint Fil de Vie il y a environ quatre ans et j'ai participé aux forums familiaux presque à chaque année depuis avec ma fille. Cette année, j'ai décidé de commencer à redonner en devenant conférencière du Bureau pour partager notre récit, parce qu'une mort ou une blessure au travail, c'est toujours un accident de trop.

Pour citer le souhait de ma fille dans son poème, « Je souhaite créer un milieu de travail sans blessures, où tout est magique et sans bavures. Est-ce possible? »

Shelly avec ses enfants après la mort de Sam

CONSEIL
DE FILS DE VIE

VOTRE TROUSSE DE GUÉRISON

Comment faire une méditation échographique

En quoi cet outil est-il utile après une tragédie du travail?

Une méditation échographique du corps est une technique de pleine conscience. Cela peut aider à calmer le cerveau et à gérer le stress. En portant successivement attention à chaque partie du corps, il devient possible de relâcher les tensions physiques pour que l'esprit et le corps connectent mieux. Vous voulez apprendre à méditer? La méditation échographique est un bon début.

Que dois-je faire en premier?

- Asseyez-vous confortablement dans un fauteuil, les mains sur le giron. La position couchée convient aussi.
- Fermez les yeux.
- Ralentissez votre respiration en prenant quelques profonds respirs.
- Prenez conscience de vos pieds. Que ressentez-vous dans les orteils, la plante du pied, le dessus du pied? C'est froid, chaud? Quelle sensation vous donnent vos chaussettes? De la douleur? De l'inconfort? Y a-t-il des tensions? Imaginez que votre souffle se rend jusque-là et qu'il fait disparaître tensions et douleurs.
- Remontez maintenant vers vos chevilles et le bas de la jambe. Que ressentez-vous? Est-ce inconfortable.
- Remontez graduellement vers le haut du corps jusqu'à la tête. Vous pouvez aussi redescendre jusqu'aux pieds et prendre conscience de chaque partie de votre corps.

Ressources gratuites

- Il y a des tas d'applications gratuites ou payantes pour votre téléphone ou votre tablette. Nous aimons smilingmind.com.au. C'est gratuit et on vous demande un don de temps en temps.
- Il y a un ou deux livres de méditation dans la plupart des bibliothèques publiques; on y traite de la méditation échographique.
- Visitez le https://www.verywellmind.com/body-scan-meditation-why-and-how-3144782
- C'est une application qui traite de techniques relaxantes et thérapeutiques. Il faut l'acheter; on peut aussi l'essayer au https://www.calm.com

Profil d'une bénévole : **Tammy McCabe**

par **Dwayne Boyd,** coordonnateur du développement, Région Atlantique et Québec

La passion, c'est un enthousiasme et un emballement fortement ressentis à l'idée de faire une chose. Tammy McCabe est une bénévole dévouée qui incarne une passion profonde pour la cause.

C'est en 2010 que Tammy a appris l'existence de Fil de Vie quand elle a pris part au premier marchethon de St. John's. Lorsque son employeur l'a encouragée à s'impliquer, elle a vite compris que les valeurs de l'organisation allaient de pair avec les siennes, au niveau personnel et professionnel, et elle a répondu : « J'y serai! »

Cela fera 15 ans cette année qu'elle participe au marchethon, ce qui montre clairement l'attachement qu'elle porte à son implication. Cependant, en plus d'y participer et de promouvoir la sécurité au travail, elle fait partie du comité organisateur du marchethon depuis aussi 15 ans. Elle en assume la présidence depuis 2023. Sa passion pour le bénévolat au sein de Fil de Vie prend sa source en raison de trois éléments :

- Comme professionnelles de la sécurité, elle se sent responsable en dehors du lieu de travail.
- Elle se préoccupe beaucoup des gens et croit fermement qu'il faut redonner à la communauté.
- Mais, par-dessus tout, elle veut que les membres familiaux voient que beaucoup de gens se préoccupent vraiment du fait qu'une tragédie a affecté leur famille..

Elle a elle-même vécu un gros deuil et comprend l'importance d'avoir accès à divers systèmes de soutien. Elle a découvert que Fil de Vie répond à ce besoin.

L'un de ses beaux souvenirs, comme bénévole, a été d'avoir à présenter Fil de Vie à un jeune étudiant en santé et sécurité au travail. Elle est ravie de voir le cheminement qu'il a fait comme professionnel de la sécurité et comme membre du Bureau des conférenciers. Le fait d'avoir été témoin du revirement de carrière qu'il a fait après une tragédie et de voir son influence sur les employés et les employeurs la comble.

L'année dernière, le marchethon a eu lieu en personne après trois ans d'activités en ligne. Bien que la planification ait été conservatrice, ils ont reçu 225 inscriptions et presque doublé leur objectif

Tammy McCabe with her dog Remy.

de financement en recueillant 45 432 $. Tammy se souvient combien elle était fière en montant sur la tribune avec le comité à la fin du marchethon. Mais elle est loin d'avoir fini!

Tammy croit fermement que le bénévolat est bénéfique pour la santé mentale et nous donne l'occasion de nous lier à des gens « qui pensent comme nous et qui reconnaissent notre lien avec l'humanité ». C'est ce qu'elle incarne en faisant du bénévolat dans diverses organisations, notamment les Boy Scouts et l'Allied Youth. Elle est devenue récemment directrice de l'Association des services de soins et de sécurité de Terre-Neuve-Labrador.

Si on lui demandait aujourd'hui pourquoi on devrait s'impliquer, elle répondrait : « Faites-le. C'est bon pour l'âme. »

Tammy est une professionnelle de la sécurité passionnée à l'idée de réduire les blessures, maladies et décès au travail. Son objectif est de veiller à ce que les familles affectées « soient vues et entendues ». Elle veut que vous sachiez qu'il y a des gens qui se préoccupent inlassablement de vous et qui veulent prévenir ces situations.

Semaine nationale du bénévolat

La Semaine nationale du bénévolat aura lieu du 14 au 20 avril 2024. Nous soulignerons le merveilleux travail des bénévoles de Fil de Vie et aussi de 24 millions de Canadiens qui travaillent officiellement et officieusement pour faire de leurs communautés un lieu où il fait bon vivre.

Cette année, notre activité Bénévolat et Partenariat se déroulera le jeudi 18 avril à 14 h 30 HNE. Réservez cette date au calendrier. Vous recevrez une invitation par courriel sous peu.

Fil de Vie s'appuie sur le bénévolat. Nous sommes reconnaissants du travail des bénévoles à longueur d'année, mais durant la Semaine nationale du bénévolat, on exprime à quel point nos bénévoles comptent pour nous.

Tisser une tapisserie d'espérance

Tapisserie DE L'ESPÉRANCE

À Fil de Vie, nous croyons que chaque geste de bonté et de générosité est un fil qui, lorsqu'il se combine à d'autres, sert à tisser une tapisserie de l'espérance. Nous croyons en fait tellement à cette vision que nous créons maintenant le Club de la Tapisserie de l'espérance, une remarquable communauté de donateurs récurrents qui représentent le cœur de notre mission.

Quand on devient membre de la Tapisserie de l'espérance, on devient un lien vital pour des familles dans le besoin. Ce soutien continu nous permet de fournir des services essentiels, du soutien et des ressources à ceux qui vivent les contrecoups d'une tragédie du travail. Ce n'est pas qu'un don, c'est un engagement sous forme de filet de compassion et de compréhension pour que personne ne chemine seul. Pour savoir comment y adhérer, joignez Lorna Catrambone, directrice du développement à Fil de vie, au 289-651-2988 ou à lcatrambone@threadsoflife.ca

Des donateurs comme vous : Liz Webley

Aujourd'hui nous mettons en lumière Liz Webley, membre familial depuis longtemps et membre de notre tout nouveau Club mensuel : Tapisserie DE L'ESPÉRANCE.

Le parcours de Liz à Fil de Vie a commencé il y a près de deux décennies après la mort tragique de son mari, Dick Van Rooyen, tué pendant qu'il travaillait sur l'autoroute 401 avec son équipe de construction. Par la suite, lorsque son second mari a reçu un diagnostic de maladie pulmonaire liée au travail, elle s'est appuyée de nouveau sur la communauté qu'elle avait trouvée.

Liz nous parle dans cet article de son lien avec Fil de Vie, ce que cela a représenté pour elle au fil des ans, et la raison pour laquelle elle a choisi d'être membre de la Tapisserie DE L'ESPÉRANCE et d'offrir un soutien continu à nos programmes.

Lien avec Fil de Vie. Liz a participé à la deuxième édition du marchethon à Toronto en 2006 en compagnie de son mari et ne l'a jamais regretté.

Elle est devenue un pilier en matière de bénévolat, d'abord comme Guide familiale bénévole, puis comme conférencière. Elle a senti qu'elle devait aider d'autres veuves à composer avec leur chagrin. « J'ai accompagné 28 veuves au fil des ans. Les aider a été très important pour moi, car ça m'aidait aussi », nous dit-elle. « J'en serai toujours éternellement reconnaissante. »

Devenir membre de la Tapisserie DE L'ESPÉRANCE. Liz a vu l'organisation grandir et occuper une présence nationale. Elle est demeurée profondément reconnaissante de l'impact continu et essentiel de Fil de Vie dans la vie de personnes affectées par une tragédie du travail. Le fait d'être en mesure de soutenir l'organisation de manière continue chaque mois a motivé Liz. Elle voit ses contributions comme un moyen d'assurer la longévité de l'organisation et sa capacité à continuer d'aller vers des familles d'un bout à l'autre du pays.
« Voir Fil de Vie grossir a été tellement emballant. » Cela montre à quel point cette organisation est extraordinaire, mais aussi à quel point elle est nécessaire. Fil de Vie m'a tellement soutenue jusqu'ici et je suis vraiment heureuse que d'autres familles soient aussi soutenues. »

Un legs de soutien. Liz voit ses dons comme un legs de soutien qui transcendent sa propre existence. Elle souligne le fait que tant que des travailleurs seront blessés, malades ou tués à cause du travail, Fil de Vie aura toujours sa raison d'être.

« Il ne s'agit pas seulement de ma perte, de mon veuvage ou de mon existence. Il y a des travailleurs et des familles qui continuent de souffrir, et je veux leur faire connaître Fil de Vie et son soutien. Voilà pourquoi c'est important pour moi d'offrir un soutien en continu. »

« Il ne s'agit pas seulement de ma perte, de mon veuvage ou de mon existence. Il y a des travailleurs et des familles qui continuent de souffrir, et je veux leur faire connaître Fil de Vie et son soutien. Voilà pourquoi c'est important pour moi d'offrir un soutien en continu », nous dit-elle.

Comme fière membre du Club, Liz met en évidence le rôle essentiel de Fil de Vie au chapitre de l'espoir, de la guérison et du sentiment d'appartenance à une communauté de personnes affectées par une tragédie du travail au Canada.

Un marathon de guérison

Un travailleur blessé qui sensibilise sur des blessures invisibles.

Lorsque Travis Roszell a été blessé au travail, il est clair que ses blessures étaient visibles, tout ce qu'il a de plus visible pour lui et toute sa famille et ses amis. Travis travaillait à la construction d'un parc aquatique et faisait un test de pression hydrostatique lorsqu'un tuyau surpressurisé a éclaté. L'impact a fracassé la plupart des os de son visage. On a dit à sa famille qu'il ne passerait peut-être pas la nuit.

Travis est maintenant membre de Fil de Vie et l'un de nos nouveaux conférenciers du Bureau. Après des mois d'hospitalisation, de réhabilitation et de nombreuses opérations, on ne peut imaginer la gravité de ses blessures. Mais maintenant, ce sont les blessures invisibles sur lesquelles Travis cherche à se concentrer.

« J'ai souffert d'un traumatisme modéré au cerveau », dit-il. « J'ai appris que cela a changé plus que mon apparence physique. La blessure au lobe frontal a fait de moi une autre personne. Je ne réagissais plus de la même façon. Je ne ressentais plus ce que je ressentais auparavant. J'étais aisément frustré et en colère contre moi-même et mes aptitudes. Je suis devenu très émotif, incapable de composer avec mes émotions et de comprendre ce qui se passait. Ce changement s'est avéré presque aussi difficile, sinon plus difficile que le changement physique dans mon apparence. »

En cherchant une façon de composer avec l'agitation et la douleur, Travis a compris pourquoi il avait survécu à ses blessures et s'est trouvé un but : non seulement sa famille et ses amis ont besoin de lui, mais aussi d'autres personnes ayant vécu ce qu'il a traversé.

« J'ai besoin de partager mon vécu pour montrer aux autres qu'ils ne sont pas seuls, qu'il y a des gens qui se soucient d'eux », dit-il. Il compte le faire de manière très concrète et inspirante. À compter de juin, Travis courra de Sherwood Park, Edmonton, Alberta, jusqu'à Victoria en Colombie-Britannique pour sensibiliser et promouvoir le Networks Activity Centre de l'Alberta, qui offre des programmes aux personnes blessées au cerveau, ainsi que Fil de Vie. Il sera conférencier au marchethon d'Edmonton le 4 mai.

« Le but de ce marathon est de promouvoir ces organisations pour aider d'autres personnes à surmonter et à composer avec ce avec quoi je me suis débattu par moi-même », indique Travis. « Je courais avec mon copain Nick lorsque j'ai eu cette merveilleuse idée. Je me suis tourné vers lui et je lui ai demandé ce qu'il pensait de planifier une course jusqu'à la côte. On a blagué à ce sujet, on en a discuté, mais c'est devenu sérieux seulement récemment, et on s'est décidé. »

Travis s'entraîne et court par tous les tempsr

Ça représente 42 km de course chaque jour, aussi longtemps qu'il faudra, soit environ 41 jours sans compter les blessures et les jours de repos.

Travis espère que des gens se joindront à lui durant certains tronçons. Pour en savoir plus, visitez son site Web à invisibleinjury.ca. La carte en ligne montre le trajet au quotidien et les communautés visitées en chemin. Vous pourrez chaque jour suivre sa progression.

Outre sa blessure au cerveau, Travis a perdu l'ouïe dans une oreille, voit moins bien d'un œil, a perdu le sens de l'odorat et du goût. Il souffre aussi d'acouphènes et de migraines. « J'ai appris avec le temps que ma blessure était plus étendue », dit-il. « Certains jours sont bons, d'autres mauvais, mais on a tous un but. »

« Ce marathon sera difficile, ajoute-t-il, mais au moment d'atteindre le fil d'arrivée, d'arriver au but, cela aura valu la peine. »

UN PAS
POUR LA VIE

Le moment est venu

Inscrivez-vous au marchethon Un pas pour la vie 2024. Des randonnées sont prévues dans plus de 30 communautés au Canada. Sinon, planifiez votre propre marchethon en ligne.

de s'inscrire au marchethon à stepsforlife.ca!

Montrer l'exemple à travers Un pas pour la vie

Tara (à d.), avec sa sœur, son fils et son neveu

Beaucoup de gens participent à Un pas pour la vie au profit de familles affectées par une tragédie du travail parce que leurs familles ont elles-mêmes été éprouvées par un décès, une blessure grave ou une maladie due au travail. D'autres le font pour des raisons professionnelles. Pour Tara Elliott, les deux raisons entrent en jeu.

Stephen Brown, le père de Tara, est mort au travail en 2019 (le récit de Tara figure en pages 2 et 3 de cette infolettre). Elle a opté pour une carrière en santé et sécurité par la suite.

« Chaque jour au Canada, une personne sur trois meurt au travail des suites d'une maladie professionnelle, dit Tara, et des centaines d'autres seront gravement blessées ou tomberont malades en raison du travail. Or, des milliers de familles, d'amis et de collègues seront affectés par ces décès, blessures et maladies. »

Tara et sa famille se sont joints à Fil de Vie peu de temps après la mort de leur père. Elle a terminé sa formation de conférencière à l'automne dernier et ce printemps elle sera porte-parole du marchethon Un pas pour la vie à Régina, de même que la porte-parole nationale.

« Le soutien offert par la communauté Fil de Vie a été un vrai cadeau », dit-elle. « L'organisation nous a mis en lien avec des familles ayant vécu des choses similaires à celles de ma famille. Je n'avais pas pris conscience à quel point on se sent moins seul quand on est entouré par des gens qui comprennent vraiment ce que perdre subitement et tragiquement un être cher signifie. Il y a beaucoup trop de gens qui souffrent après ces accidents, pas juste des familles, mais aussi des communautés et des collègues. »

En plus d'honorer les vies changées, Tara croit que le marchethon est essentiel, car il permet de créer une culture nationale sur la santé et la sécurité. Son message à nous tous, c'est de nous montrer sécuritaires auprès de ceux qui nous entourent et de nous fixer des normes sécuritaires minimales pour nous-mêmes. « Soyez conscients des dangers qui vous guettent. Faites-le pour vous-même, vos collègues, votre famille et les gens qui vous aiment et dont la vie serait brisée sans vous. »

L'équipe *Heart and Soles* du CCHST au marchethon

L'un des aspects emballants du marchethon Un pas pour la vie est de voir des entreprises, des organisations et des familles regroupées pour participer au Défi par équipe. De nouvelles équipes se joignent au défi chaque année et d'autres reviennent année après année. Elles montrent leur engagement sur la santé et la sécurité et font une différence pour les personnes affligées. Les concurrents au défi amassent des fonds pour Fil de Vie. Participez, vous aussi, au défi! Vous en saurez plus à stepsforlife.ca.

L'un de nos plus anciens compétiteurs est l'équipe Heart and Soles du Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail (CCHST). Le Centre offre des conseils aux équipes désireuses de prendre part au Défi des équipes du marchethon Un pas pour la vie.

« Le CCOHS a participé officiellement au marchethon de Hamilton en 2007 avec le comité organisateur local et les randonneurs, et le fait depuis chaque année », précise Lynda Brown, directrice des communications du CCOHS. Le personnel du Centre continue aussi d'aider à sa planification en siégeant au comité organisateur.

Heart and Soles en 2022

« Nous sommes liés à la cause de Fil de Vie; c'est la raison même de notre travail au CCOHS, soit prévenir des tragédies du travail », ajoute-t-elle. « Nous marchons pour nous souvenir des gens qui ont souffert de blessures et de maladies au travail et pour les honorer et renouveler notre engagement à protéger les travailleurs. »

L'implication de l'équipe Heart and Soles ne se résume pas qu'aux efforts d'une seule journée. Dès janvier, la présidente Anne Tennier transmet un message de ralliement au personnel pour qu'il participe avec familles et amis.

« Se doter d'un nom d'équipe aide. Tous veulent faire partie de Heart and Soles. » Vous voulez participer à ce Défi? Allez à stepsforlife.ca ou appelez l'un des coordonnateurs du développement régional au 888-567-9490.la présidente Anne Tennier transmet un message de ralliement au personnel pour qu'il participe avec familles et amis.

« Se doter d'un nom d'équipe aide. Tous veulent faire partie de Heart and Soles. » Vous voulez participer à ce Défi? Allez à stepsforlife.ca ou appelez l'un des coordonnateurs du développement régional au 888-567-9490.

Activités à venir

Forum de l'Atlantique : 31 mai au 2 juin
Forum du Centre : 27 au 29 septembre
Forum de l'Ouest : 25 au 27 octobre

Ateliers virtuels Families Connnect
threadsoflife.ca/families-connect

- Comment pouvons-nous vous aider? Intro à Fil de Vie – nous ajoutons régulièrement des dates sur notre site Web pour cet atelier.
- Création d'un Livre de souvenirs – 24 avril
- Comment éviter les « Et si...» après un traumatisme ou un décès – 22 mai
- Votre saison de deuil, c'est laquelle? – 26 juin

FAITES CONNAÎTRE L'INFOLETTRE!

Après l'avoir lue, donnez-la à quelqu'un ou laissez-là 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.

RÉDACTRICE EN CHEF
Susan Haldane,
shaldane@threadsoflife.ca

INFOGRAPHE
Chris Williams

COLLABORATEURS INVITÉS
Tara Elliott
Shelly Kuris

Accredited
IMAGINE CANADA

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

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.

Devenez un fil de notre Tapisserie de l'espérance!

Tapisserie DE L'ESPÉRANCE

Vous aimeriez faire un don mensuel à Fil de Vie, alors visitez le www.threadsoflife.ca/donate ou appelez-nous au 888-567-9490.

La Tapisserie de l'espérance est notre nouveau Club de donateurs mensuels. Un don mensuel à Fil de Vie permet d'obtenir un financement soutenu et prévisible pour aider ceux et celles affectés par une tragédie du travail. Ce n'est pas seulement un don; c'est un engagement à bâtir un filet de compassion et de compréhension pour que le parcours d'une famille ne soit pas solitaire.

Quelques-uns de nos bulletins sont maintenant offerts en français. Veuillez visiter notre site Web, vous rendre à la page du bulletin Threads of Life ou nous appeler pour obtenir une copie.

Les opinions exprimées dans Fil sont celles des auteurs. Elles ont été compilées à partir de sources jugées fiables. Toutefois, Fil de Vie, l'association de soutien aux familles vivant une tragédie liée au travail n'assume aucune responsabilité quant à la justesse et à l'exhaustivité de l'information présentée.