

# fil de vie

VOL.22 NO.3 AUTOMNE 2024

PRÉVENTION

|

SOUTIEN

|

PARTENARIAT

## Anniversaires et jalons

Après une tragédie, tout change, y compris la façon de songer aux fêtes, aux anniversaires et aux grands événements. Le jour commémorant un accident ou un diagnostic, c'est une date plus délicate au calendrier. Il n'y a pas de réponse parfaite, mais vous lirez dans ce numéro comment les membres familiaux s'en sortent.



photo par Matthias Zomer, Pixels

### MESSAGE DU PRÉSIDENT

Peter Deines



Ceci est mon premier message aux membres de Fil de Vie et à ses partisans à titre de président du conseil d'administration de Fil de Vie. Je suis heureux d'occuper ce poste après 13 ans d'implication et dix ans comme dirigeant au Conseil. La confiance que m'accordent cet organisme et ses membres me touche beaucoup. Ensemble,

nous continuerons de faire croître Fil de Vie pour que son soutien reste fort auprès des familles actuelles et de celles qui sont à venir. Je tiens à transmettre ma reconnaissance à tous les membres de Fil de Vie — bénévoles et membres du personnel, de la direction et du C.A. — pour l'ensemble de leur contribution. C'est un effort collectif qui donne les moyens à cette organisation d'avoir un impact. Un gros merci.

### DANS CE NUMÉRO

#### Chroniques

Savoir composer avec les anniversaires et les jalons.....	2
Le passage du temps et la Rose.....	2
Vivre avec une blessure grave.....	4
Récit d'amour filial et de grande perte.....	6

#### Rubriques

##### SOUTIEN AUX FAMILLES

Votre trousse de guérison : récit-fleuve.....	8
Voici Thomas Marsh.....	9
Un grand changement à Fil de Vie.....	9

##### BÉNÉVOLES

Profil d'un bénévole : Peter Deines.....	10
------------------------------------------	----

##### UN PAS POUR LA VIE

Ce qui nous fait marcher : le récit d'Ana.....	11
------------------------------------------------	----

# Savoir composer avec les anniversaires et les jalons

par **Karen Lapierre Pitts**, directrice, Soutien familial

*Savoir composer avec le deuil et la perte, c'est ce qu'il y a de plus difficile. Quiconque vit une perte liée à une blessure, une maladie ou un décès sera à un moment confronté à ses émotions ...*

L'anticipation liée aux anniversaires et aux fêtes annuelles, quels qu'ils soient, peut intensifier certaines émotions, que la tragédie remonte à six mois, à 10 ans ou bien avant. Voici quelques conseils pour passer au travers des jours difficiles lorsque toute prise de contrôle sur le chagrin paraît impossible.

- **Cultivez** votre propre jardin d'émotions positives. Imprégnez-vous de ce qui vous plaît ou semez autour de vous ce qui vous apporte de la joie. C'est bon de rechercher de bonnes vibrations et de s'en inspirer.
- **Écoutez** votre voix intérieure pour trouver un équilibre entre savoir se tenir occupé et savoir se reposer. Le deuil requiert énormément d'énergie sur le plan physique et émotionnel.
- **Trouvez une soupape.** Exprimez-vous par l'écriture,

la musique et l'art. Concentrez votre attention sur une activité bien songée peut aider à réguler et à évacuer l'intensité émotionnelle.

- **Passez du temps** avec les gens qui vous réconfortent.
- **Planifiez une activité** qui vous amènera à exercer un meilleur contrôle durant les jours difficiles. Allez marcher, acquittez-vous d'une tâche ou esquivez-vous durant quelques heures. Un changement de décor, même court, est parfois salutaire.

- **Vous y arriverez** en vous accordant du temps. Prendre du repos, manger sainement et faire de l'exercice contribuent au mieux-être. Nourrissez aussi votre âme par la compassion et la compréhension. Bien qu'il soit important de reconnaître que vivre un deuil est normal après une perte, il est tout aussi primordial de ne pas minimiser la complexité que représente notre vécu. La perte d'un être cher, une blessure grave ou une maladie changent tout. Vivre un deuil, c'est pénible, mais cela signifie aussi que l'on compose d'une certaine façon avec la façon dont il nous affecte. Il faut du temps pour guérir.

## Le passage du temps et la Rose

par **Lynda Kolly**

**N**ous avons peine à croire que ça fera 25 ans en octobre que notre fils, Burton Reimer, est mort dans un accident du travail à l'âge de 17 ans. C'est comme si c'était hier et qu'on venait de nous annoncer sa mort à sa première expédition de pêche commerciale sur le lac Winnipeg.

J'ai travaillé fort depuis pour trouver des façons saines de composer avec la perte inimaginable de mon fils Burton.

L'une des choses que j'adore faire quand le temps le permet, c'est jardiner. C'est quelque chose qui me réconforte. C'est une expérience



tactile particulière qui m'apporte de la joie.

Alors que je travaillais au jardin à l'été dernier, j'ai étalé une nouvelle couche de compost sur les rosiers. J'avais transplanté l'un des rosiers ailleurs dans l'espoir de le sauver parce qu'il ne poussait pas très bien.

Lorsque je travaille sur le terrain, je songe souvent aux jours écoulés et aux souvenirs du passé.

Burton était un jeune garçon au moment de sa mort. Il vivait avec son père. Il était revenu dans la petite ville de Gimli, au Manitoba, sur les rives du lac Winnipeg, pour finir son secondaire avec ses amis d'enfance et songer à son avenir. Mon mari et moi vivions dans cette ville et Burton voulait vivre à la campagne. C'est là que résidait son cœur, en plein air. Il adorait être dehors et vivre près du lac pour en admirer la beauté.

Je me souviens de ce jour d'il y a 25 ans. Il faisait chaud pour un jour d'octobre et je me rappelle qu'on n'avait pas besoin de porter une veste. On ne voulait pas que ce jour finisse. Plus tard ce jour-là, nous avons rencontré de bons amis et c'est à ce moment qu'on a reçu l'appel nous apprenant la terrible nouvelle.

Burton s'était fait offrir de travailler sur un bateau de pêche commerciale. C'était le dernier jour de la saison de pêche commerciale automnale; Burton était jeune, fort et avide d'apprendre. Il venait d'acheter sa première auto et voulait acheter la motoneige d'un ami. Ce n'était qu'un jour de travail, mais c'était l'occasion pour lui de faire un peu de sous.

Burton a grandi au milieu des bateaux et de l'eau à la maison familiale. C'est là qu'il a passé tous ses étés jusqu'à l'âge de 17 ans. Il a été formé aux mesures de sécurité aquatiques et il avait à cœur la sécurité. Son approche était sécuritaire et c'est ce qui cloche ici, car le bateau sur lequel il travaillait n'avait aucun équipement de sécurité. Aucune veste de sauvetage (une nécessité) et aucun

moyen de communication dans l'éventualité d'une urgence. L'autre personne à bord était un marin inexpérimenté qui avait reçu une toute petite formation. On nous a dit qu'en raison d'une erreur humaine leur bateau de pêche avait pris l'eau et avait coulé à environ 10 km de la rive. Les deux hommes sont restés agrippés à des réservoirs à essence pour flotter dans l'eau glaciale.

Burton me manque depuis 25 ans et chaque jour je pense à lui. Je suis aussi très reconnaissante pour chaque jour tout le temps passé en sa compagnie durant 17 ans, ce qui est court.

**Burton me manque depuis 25 ans et chaque jour je pense à lui. Je suis aussi très reconnaissante pour tout le temps passé en sa compagnie durant 17 ans, ce qui est court.**

Lorsque les marins d'un autre bateau de pêche ont vu que leur bateau n'était plus là, ils se sont rapprochés et l'autre marin a été repêché, mais ils n'ont pas pu trouver Burton.

Ce n'est que neuf mois plus tard, au mois de juillet de l'année suivante, que les garde-côtes ont découvert son corps et qu'on a pu enterrer ses cendres.

Entretemps et durant les années qui ont suivi, notre deuil nous a fait souffrir, bien que la vie de tout le monde autour de nous se déroulait normalement. Nous, nous vivions notre nouvelle normalité.

Les jours, les mois et les années sont passés. Nous avons cherché à comprendre ce qui s'était passé et la raison pour laquelle personne n'assumait la responsabilité de la mort de Burton d'aucune façon.

Au fil des années, j'ai trouvé bien

des façons de donner un sens à ma vie en faisant du bénévolat à Fil de Vie et en travaillant dans mon jardin.

Plusieurs semaines après avoir déplacé le rosier, j'ai noté l'apparition d'une rose rouge. C'était déjà l'automne et ça m'a paru comme un signe m'indiquant que Burton était toujours là avec moi en esprit, malgré les années écoulées. Cette rose était un rappel qu'il y a toujours de l'espoir et que la beauté nous entoure tous. Je crois fermement que nos proches sont toujours là avec nous.

Burton me manque depuis 25 ans et chaque jour je pense à lui. Je suis aussi très reconnaissante pour tout le temps passé en sa compagnie durant 17 ans, ce qui est court.

J'ai conscience des cadeaux que je reçois, comme cette rose rouge. Cela me rappelle qu'il n'est jamais vraiment parti et qu'il faut se rappeler chaque jour combien la vie est précieuse, même si certains jours sont plus difficiles que d'autres.

Les dates d'anniversaire et certains rassemblements sociaux peuvent soulever de la crainte et de la souffrance, mais quand je reconnais que j'ai du chagrin et que je prends bien soin de moi, je grandis et je nourris ma réflexion.

Tout comme la nouvelle couche de compost, ou un changement de lieu, nous devons trouver ce qui nous convient. C'est à ce moment qu'on grandit, qu'on mûrit.

Il peut être difficile de songer positivement à l'avenir au début d'un deuil, quand on est aux prises avec le désespoir. Il peut sembler impossible d'imaginer que la vie peut nous apporter du bonheur, mais je trouve que c'est plus facile avec le temps et lorsqu'on trouve le soutien dont on a besoin en étant membre familial à Fil de Vie ou simplement en travaillant dans son jardin.



# Vivre avec une blessure grave

par **Elwin Watts**  
(et remerciements à Charles McKay pour son amitié et son soutien)

**Le 21 septembre 1994 :  
un jour qui devait être  
pareil aux autres!**

**I**l faisait beau au réveil en ce matin de septembre à l'Île-du-Prince-Édouard et je me suis vite préparé en vue de cette longue journée de travail. Rien d'extraordinaire, que je me suis dit. J'étais heureux et fier de faire partie de l'équipe de construction du nouveau pont de la Confédération entre PEI et le Nouveau-Brunswick (le lien, comme on dit par ici). C'était un gros projet selon les normes de PEI et ça payait bien. C'était l'occasion rêvée de contribuer à la construction du pont à travée le plus long sur mer dans le monde. J'avais 29 ans. Je grimpais sans souffrir l'escalier menant à la salle de contrôle de la centrale à béton et je m'apprêtais à tout préparer en vue d'une autre journée bien remplie.

La vie était belle! J'étais en bonne santé, heureux, avantage et fier de travailler. J'étais marié à une charmante femme (qui attendait notre deuxième enfant) et j'étais père d'une jolie fille. Je m'entendais bien avec mes collègues. C'était un moment privilégié et nous le savions tous.

J'étais un camionneur d'expérience et, comme je l'avais fait des centaines de fois, j'ai sauté dans le camion, veillé au remplissage et je suis allé à l'un des quais en construction. On travaillait vite dans un environnement bruyant. Les journées étaient longues. On faisait cela six ou sept jours d'affilée, peu importe le temps.



Elwin à l'hôpital d'Halifax après l'accident.

Il y avait de tout sur place : des camions-bennes, des camions à pierre, des bulldozers et des chargeuses. L'ampleur de l'équipement était à l'image de celle des travaux. Les bourdonnements, les hurlements et les klaxons, c'était notre quotidien. On finissait quasiment par ne plus les entendre. À mon embauche, j'ai reçu une formation générale pour m'orienter, mais sans plus. Avec le recul, je m'aperçois maintenant que l'orientation aurait dû être plus approfondie.

**J'en suis arrivé au point d'avoir à faire un choix : soit je cherchais de l'aide en santé mentale, soit je mettais fin à ma vie. Il est très difficile de partager ces sentiments, de les comprendre, à moins d'avoir soi-même vécu un dur traumatisme. Ils mettent du temps à se dissiper.**

Pendant que j'attendais mon tour auprès du camion-pompe, je suis sorti de mon camion pour vérifier la température du chargement et il m'a fallu grimper l'échelle jusqu'au haut de la cuve. De retour au sol, j'ai

renseigné mon carnet de charges. Avant de remonter dans la cabine, j'ai eu une brève conversation avec un collègue. On se tenait à côté de mon camion. Il n'y avait rien d'inhabituel à cela jusqu'à ce que je sente quelque chose me pousser face contre sol! C'est un camion contenant 65 000 livres de béton qui me passait sur le corps! Je devais me trouver dans l'angle mort du camionneur, mais je ne m'en souviens pas vraiment. Je me demande encore aujourd'hui comment il se fait qu'il ne m'ait pas vu. J'étais tout près de mon camion, je portais un casque et un gilet. Le camion m'a écrasé le côté droit du corps de la cheville à la taille. Dana, le collègue avec lequel je conversais a réussi à maintenir la partie supérieure de mon corps hors des roues pendant que le camion roulait sur moi, et il m'a sauvé la vie ce jour-là! Dana, c'est le deuxième prénom que nous avons donné à notre fils lorsqu'il est né six mois plus tard!

J'ai réussi, je ne sais comment, à me retourner sur le dos, mais c'est tout ce que j'ai pu faire. Je ne sentais plus mes jambes. Un autre ami s'est vite agenouillé à mes côtés. Il pleurait et disait, « ça s'annonce mal, mon gars, mais on va t'aider! » Quoiqu'il en soit, j'étais sous le choc et dans l'espoir de reprendre un certain contrôle, j'imagine, j'ai demandé à ce moment-



là qu'on me donne une cigarette! Ça devait être beau à voir, car j'ai réussi à en griller plusieurs en attendant que les secours médicaux arrivent. J'ai songé à bien des choses, là, sur le sol. Je me suis demandé si j'allais revoir ma fille. Comme ma femme était enceinte, mes enfants grandiraient-ils sans père? L'ambulance est finalement arrivée après ce qui m'a semblé être une éternité et nous sommes allés à l'hôpital de Summerside. Il a fallu 30 minutes et j'étais pleinement conscient.

Aux urgences, la scène était chaotique. J'ai entendu le médecin dire : « Nous allons devoir la couper ». J'ai pensé qu'il parlait de mon pied, alors j'ai fait un geste à l'infirmière pour lui dire de ne pas le faire. Elle m'a rassuré en me disant que le médecin parlait de ma botte! Comme je n'étais pas particulièrement attachée à ma botte, je me suis senti soulagé.

J'étais encore conscient quand Heather, ma femme, est arrivée. Elle est restée à mon chevet. Elle était enceinte de quatre mois et elle était magnifique dans sa robe rouge. Je commençais à penser que je ne verrais plus Alyssa, ma fille, et le bébé à naître. Mes blessures étaient encore plus graves que je l'avais imaginé. On allait me transférer à l'hôpital Queen Elizabeth de Charlottetown dès que possible. J'étais encore lucide, mais je commençais à perdre progressivement conscience.

Mon pied et ma cheville avaient été complètement écrasés. Mes intestins étaient sectionnés et mon bassin était fracturé. Quand je suis arrivé à l'hôpital, on m'a opéré à l'intestin, ce qui s'est traduit par une colostomie. On a stabilisé mon pied et mon bassin. Durant la semaine qui a suivi, ma famille était prête à toute éventualité, car j'avais une hémorragie interne et une pneumonie. Mais j'étais particulièrement têtu et ma condition a fini par se stabiliser assez pour que je puisse me rendre à Halifax pour de nouveaux examens et d'autres chirurgies de la cheville, du pied et du bassin.

Après un long séjour à l'hôpital, j'ai pu retourner à la maison. C'est là, je crois, que la partie la plus difficile de mon parcours a débuté. J'étais face à la réalité et seul avec mes pensées qui s'assombrissaient progressivement. Le plus dur, c'est que je pensais avoir laissé tomber ma famille. Je n'étais plus le pourvoyeur. Je devais demander de l'aide pour TOUT et c'était si difficile! Ça allait au début, car j'étais heureux d'être en vie. Je n'avais aucune idée de ce que la vie me réservait, mais j'ai fini par ne plus vouloir parler à personne. J'avais toujours l'impression d'être « le gars assez stupide pour se faire passer dessus par un camion de béton ». J'ai pendant très longtemps redouté les sorties de peur que quelqu'un ne connaissant pas ma condition me demande : « Que faites-vous dans la vie? ». Je ne travaillais pas et je me sentais comme un véritable raté.

J'en suis arrivé au point d'avoir à faire un choix : soit je cherchais de l'aide en santé mentale, soit je mettais fin à ma vie. Il est très difficile de partager ces sentiments, de les comprendre, à moins d'avoir soi-même vécu un dur traumatisme. Ils mettent du temps à se dissiper.

Ce que je ne pouvais pas faire, comme patiner avec mes enfants, jouer avec eux, aller golfer ou simplement aller marcher avec ma femme semait le chaos dans ma tête. J'ai été tellement en colère pendant tellement longtemps! En colère contre moi-même pour être resté près du camion, contre le camionneur — pourquoi ne m'a-t-il pas vu? — contre le fait de ne pouvoir faire ce que tout le monde fait, contre le fait de me sentir incompris. Soit j'obtenais de l'aide, soit je me suicidais. Il est très difficile de partager ces sentiments, de les comprendre, à moins d'avoir soi-même vécu un dur traumatisme. Ils mettent du temps à se dissiper.

J'ai obtenu de l'aide et, après un certain temps, j'ai pensé que je pourrais travailler de nouveau sans trop savoir ce que je ferais. Avec le temps, j'ai obtenu un diplôme en santé et sécurité.

J'étais motivé par mon traumatisme et mon rétablissement après l'accident. J'avais le désir de contribuer à réduire la probabilité des accidents du travail. Ça fait 20 ans que j'évolue dans le domaine de la sécurité et je m'efforce de communiquer l'importance d'avoir TOUJOURS recours à des pratiques sécuritaires. Je dis à mes collègues que ce qu'il y a de mieux dans le travail, c'est de revenir chez soi sain et sauf.

J'ai eu de multiples chirurgies au fil des décennies, beaucoup de séances de réhabilitation et de physiothérapie. Je me suis souvent demandé pourquoi j'étais en vie, pourquoi ça s'était produit? Je me pose encore parfois ces questions et je crois que je me les poserai toujours. Je crois cependant que la vie ne s'arrête pas après un grave accident du travail.

Je veux par mon récit illustrer la complexité des accidents du travail graves et exposer, dans certains cas, la réalité qu'un travailleur pourrait ne pas s'en remettre et ne pas récupérer le temps perdu. Il est toutefois possible de se rétablir au niveau émotionnel et physique, de récupérer un semblant de ce qu'on était. Le sens de soi et une vision d'avenir renaissent.

Quand on a l'esprit ouvert, qu'on fait confiance aux fournisseurs de soins de santé et qu'on a l'appui de la famille et des amis, on peut vivre à plein. Il faut pour cela demander et récupérer sur le plan émotif et physique, et je suis heureux de l'avoir fait!



Elwin avec sa famille en 2021

# Récit d'amour filial et de grande perte

par **Emily Stoneman**

**Papa:** quelqu'un qui aime, soutien, guide, encourage et inspire son enfant. Mon père, c'était tout ça, et bien plus. Il n'était pas seulement un parent, mais mon phare, ma force et mon soutien indéfectible. Il n'a jamais manqué les moments qui ont jalonné ma vie. Il m'a félicité quand j'ai été admise à l'université et lorsque quatre ans plus tard j'ai été admise à la maîtrise. Il était dans la foule à chaque remise de diplôme et célébrait avec moi chaque anniversaire. Il m'a accompagné durant les grands moments et m'a réconforté quand c'était nécessaire.

Il s'appelait Bryn Stoneman. C'était un gars ordinaire avec une présence extraordinaire. On ne le remarquait pas nécessairement dans une foule, à moins de voir les tatouages sur ses bras, ce qui en disait long sur sa vie. Il aimait les chiens, le camping, la pêche, la randonnée, bricoler les véhicules dénichés sur Marketplace de Facebook ou sur Kijiji, et passer des heures dans son garage. C'était un homme de famille, le genre qui lâchait tout pour aller aider quelqu'un qu'il aimait. Je l'appelais souvent le jour et le soir pour lui dire : « Papa, mon auto fait des bruits bizarres », et il décrochait toujours et offrait son aide. Il aimait profondément et dormait encore plus profondément. S'il ne répondait pas, c'est qu'il s'était endormi sur le sofa en écoutant l'une de ses émissions préférées. Mon père aimait l'aventure. Il rêvait d'aller s'installer sur la côte est pour y vivre près de l'océan avec son meilleur ami, son chien Lemmy. Mon père aimait aussi passer du temps en montagne et voyager là où il pouvait



Emily et son père

s'allonger sur une plage pendant des heures. Après son décès, j'ai reçu des messages pendant des semaines de la part de ses amis sur Facebook. Ils avaient tous des histoires à raconter et disaient combien ils l'aimaient. Ils parlaient pour la plupart de son altruisme quand ils avaient besoin de lui.

**Chaque année, à l'approche de la date anniversaire, je songe aux souvenirs partagés avec lui et aux moments que nous ne vivons pas ensemble, aux jalons qui passent d'année en année..**

J'ai reçu l'appel fatal un lundi matin. Avec mon fiancé et actuel mari, je déballais des boîtes dans la maison où nous venions d'emménager trois jours plus tôt avec l'aide de papa. C'est ma grand-mère qui m'a appelé pour me dire qu'il avait eu un accident au travail. Elle a suggéré que Justin me

mène à l'hôpital à une heure de route de chez moi, mais je suis partie seule sur un coup de tête. Je connaissais bien le chemin menant à la ville, mais il m'a paru interminable. Plein d'idées me traversaient l'esprit. Je ne savais pas ce qu'était un « accident du travail ». Était-il blessé? Avait-il une jambe cassée? Le dos cassé? Je ne l'imaginai pas mort, ça, c'était tout simplement impossible. Je me souviens avoir pensé que j'entrerais dans sa chambre d'hôpital, que je le trouverais alité et que je lui dirais en blaguant : « Ils m'ont fait venir ici pour une jambe cassée? ».

J'avais malheureusement tort. Je me suis garée et me suis rendue à l'entrée de l'hôpital où ma famille m'a accueillie en larmes. Je les ai salués et me suis assise sur un banc. Quand j'ai demandé où il était, on m'a répondu qu'il n'était pas là. C'est là précisément que mon monde a chaviré. Qu'est-ce qu'ils voulaient dire par « pas là »? Où était-il? C'est là que j'ai compris. Il n'était jamais arrivé à l'hôpital, car il n'était plus en vie. Il était mort sur le coup dans un accident du travail. J'ai immédiatement appelé ma mère et Justin et je leur ai annoncé en pleurant

que papa était mort. Je me revois ce jour-là. Ils ont dû voir combien mon désespoir était profond en entendant mes sanglots répétés. « Il est mort, mon père est mort. »

Mon père a occupé plusieurs emplois durant sa vie, mais il a surtout aimé être camionneur. Durant la COVID-19, il a eu de la difficulté à se trouver un emploi de camionneur, car tout était arrêté. Il a eu la chance d'être embauché par une entreprise où il avait travaillé dans le passé. Elle allait fermer et mon père devait aider au démantèlement de son usine.

Comme il cherchait désespérément à travailler, c'est avec joie qu'il a accepté l'emploi. Il y travaillait avec son frère. Le 17 août 2020, on leur a demandé d'enlever des supports de tuyaux à air et des cheminées de ventilation sur le toit. Ils n'avaient pas de matériel de sécurité. En marchant sur le toit, papa s'est enfoncé dans un puits de lumière caché par la rouille et il a fait une chute de près de huit mètres. Il est mort sous les yeux de son frère qui a tenté des mesures de RCR durant 15 minutes, mais il était trop tard. L'entreprise a été accusée d'incapacité à assurer la protection en cas de chute.

Je n'avais que 26 ans lorsque j'ai perdu mon père. J'ai grandi en pensant qu'il serait fièrement à mes côtés au cours des moments les plus importants de mon existence. Je n'ai jamais pu l'appeler pour lui annoncer que j'étais fiancée et l'entendre me féliciter. Mon père aurait dû être celui qui m'aurait conduit à l'autel à mon mariage avec l'amour de ma vie, vêtu d'un habit me rappelant à quel point il m'aimait. J'aurais pu voir ses yeux s'illuminer de joie et de fierté, là, assis au premier rang et en me regardant me marier, moi, sa fille unique, mais j'avais pour seule réalité qu'une photo de lui mise sur un siège, là où il aurait dû se trouver. Les jalons ne sont plus les mêmes depuis qu'il n'est plus là. La célébration de ce qui apporte de la joie, comme les anniversaires, la réussite de

mon examen de certification, l'achat de ma nouvelle voiture et l'obtention d'un nouveau travail n'a plus la même saveur sans lui. Ce ne sont pas que les jalons du passé qui font défaut, mais ceux du futur, les miens et les siens, ceux auxquels j'ai présumé qu'il serait présent, des jalons qui pèsent maintenant lourd sur mon cœur. Il ne tiendra jamais ses petits-enfants dans ses bras, ne leur parlera pas de son enfance. Il ne les verra ni grandir et connaître du succès. Il ne réalisera jamais son rêve d'aller sur la côte est. Il ne célébrera jamais sa retraite et n'accomplira pas ses rêves les plus fous. Il n'a pas atteint ses 50 ans et ne célébrera plus aucun anniversaire de naissance. Je vois son absence dans chaque jalon, chaque succès et chaque moment de joie que je vis.



À son mariage, Emily n'avait qu'une photo de son père.

Chaque année, à l'approche de la date anniversaire, je songe aux souvenirs partagés avec lui et aux moments que nous ne vivons pas ensemble, aux jalons qui passent d'année en année.

Au fil des années, j'ai songé à diverses façons d'honorer sa mémoire le 17 août. Il m'arrive parfois de visiter son lieu préféré ou de faire une activité que nous aimions tous les deux. À d'autres moments, je me retrouve en famille et avec des amis pour partager des histoires et me remémorer sa vie et son impact sur nous tous. Chaque année, à l'approche de la date anniversaire, je songe aux souvenirs partagés avec lui et aux moments que nous ne vivons pas ensemble, aux jalons qui passent d'année en année. Je l'entends rire, nous conseiller et nous aimer de manière inconditionnelle. Ce jour-là, je ressens la douleur de son absence, mais aussi la gratitude du temps partagé.

Le chagrin est là pour de bon et on apprend à vivre avec. Le 17 août a une saveur bien particulière. C'était un jour normal au milieu de l'été et, là, il me rappellera à jamais la mort de mon père, le jour où ma vie a changé pour toujours. Cette date porte son lot de chagrin, de nostalgie et de réflexion. Les anniversaires de décès sont remplis d'émotions; certains les vivent avec beaucoup de chagrin, d'autres célèbrent la vie de leurs êtres chers. Le quatrième anniversaire de son décès vient récemment de passer et j'ai appris une chose : il n'y a pas de mauvaises façons de célébrer. Il faut s'en remettre à l'inspiration du moment et se donner la permission d'avoir du chagrin, de se souvenir et de guérir à sa façon. Ce qui compte, c'est de souligner ce jour de manière significative, de manière reconfortante pour soi.

Mon père méritait mieux. Au travail, il n'était qu'un simple employé comme tant d'autres, et ils finiront par l'oublier avec le temps, mais à moi il me manquera pour le reste de ma vie. Si j'avais un dernier message à vous livrer en finissant, c'est de ne jamais accepter un travail non sécuritaire. Votre vie vaut mieux que cela.

À son mariage, Emily n'avait qu'une photo de son père.







# Voici Thomas, coordonnateur, Soutien familial

Je m'appelle Thomas Marsh, aJe m'appelle Thomas Marsh et je suis tout nouveau dans l'équipe de Fil de Vie. Au cours des dix dernières années, je me suis promené d'un océan à l'autre, et je compte m'implanter au magnifique Cap Breton, en Nouvelle-Écosse, avec ma famille. Avant je travaillais à l'international dans un secteur à but non lucratif. J'exerçais de grandes responsabilités, mais accompagner les gens dans leur chagrin et leur perte est ce qui me donnait le plus de joie. J'adorais les entendre raconter leurs récits.

Durant mes temps libres, je « tente » de suivre mes deux enfants. Ils sont ouverts d'esprit et savourent chaque moment.

J'aime boire un bon café et être près de l'océan! Le reflux de la marée et des vagues qui déferlent m'apaisent et m'apportent de la tranquillité.

J'espère pouvoir vous rencontrer en compagnie de votre famille au cours des mois à venir pour mieux vous connaître. Je veux entendre vos récits d'espoir et de guérison. Je me réjouis de faire partie de cette fantastique équipe. À bientôt!



*Bienvvenu dans l'équipe de soutien familial, Thomas!*

## Du nouveau pour les ateliers de **FAMILIESCONNECT**



C'est un grand pays. Pour un organisme national comme Fil de Vie, ça pose des défis pour la planification d'activités en fonction des différents fuseaux horaires. Mais, à compter de cet automne, les horaires des ateliers FamiliesConnect seront plus accessibles. Nous offrirons la plupart des ateliers deux fois à quelques heures ou jours d'intervalle.

Que vous soyez à St. John's ou à Victoria, ou entre les deux, un atelier saura vous convenir. Les thèmes abordés sont toujours variés : certains sont sérieux; d'autres, amusants. Consultez la liste des ateliers présentés à l'automne. Vous n'en avez pas encore suivi? N'hésitez plus! Vous y trouverez une communauté accueillante, un lieu sûr et une foule de renseignements utiles, quelle que soit la situation avec laquelle vous composez.

- **Les avantages d'un Club de lecture :**  
18 et 25 septembre
- **Veuvage et deuil avec des enfants :**  
16 et 30 octobre
- **Parler du chagrin durant les jours difficiles :**  
13 et 16 novembre



## Profil d'un bénévole : Peter Deines

**Tout a débuté par un engagement professionnel,** Tout a débuté par un engagement professionnel, mais pour Peter Deines, le lien qui a été établi avec Fil de Vie s'est vite transformé pour devenir une partie intégrante du « tissu de vie ». Peter est bénévole à Fil de Vie depuis 2011, membre du Conseil depuis 2014, et a été élu président du Conseil d'administration cet été.

« S'impliquer à Fil de Vie, c'est pouvoir apporter sa contribution à une importante organisation, précise Peter. C'est toujours utile

de contribuer avec des organismes qui améliorent la société. »

C'est grâce à la randonnée Un pas pour la vie que Peter a connu Fil de Vie. L'entreprise pour laquelle il travaillait cherchait à aider des employeurs à éviter les accidents du travail, alors participer à la randonnée allait de soi. Après un an, il a recommandé que l'entreprise élise Fil de Vie comme organisme de choix et il est devenu porte-parole national de la randonnée. Il a été invité, quelques années plus tard, à se joindre au Conseil. Peter a fait preuve de diligence, a parlé à d'autres dirigeants et a passé en revue les états financiers et ça a été vite réglé. Il participe aux comités de l'audit et des risques, et il a été vice-président durant plusieurs années.

Bien que Peter ne soit pas membre familial de Fil de Vie, son travail en santé et sécurité, combiné à son empathie, lui ont rendu « irrésistible » la mission de Fil de Vie. Il venait à peine de commencer à s'impliquer dans l'organisme que Shirley Hickman, directrice principale, est venue faire part de son récit lors d'une conférence organisée par son entreprise. Ça l'a marqué au cœur et l'a motivé. « Ce sont les gens qui m'ont touché, dit-il. Les gens et leurs récits. »

Souvent, après son vol le ramenant à la maison à Edmonton après une réunion du CA ou un forum familial, il lui faut du temps pour réfléchir aux récits qu'il a entendus et pour les intégrer, mais ils viennent confirmer l'importance du travail de Fil de Vie dans les vies des gens ayant vécu une tragédie. Sa femme, son fils et sa fille participent à la randonnée Un pas pour la vie, activité de bénévolat qui fait depuis longtemps partie de leur vie.

Peter a l'intention de rester au Conseil jusqu'à ce qu'un membre familial soit prêt à occuper ce rôle, car il croit qu'une personne ayant vécu une tragédie est mieux à même de diriger le CA et de « préserver l'âme de l'organisme ». Entretemps, il est heureux d'investir son énergie et ses capacités là où il croit qu'il peut faire une différence.

« Je tiens à remercier toutes les personnes qui ont construit cet organisme au fil des ans, dit-il. J'espère que nous pourrions préparer le terrain ensemble pour hausser la contribution et l'implication futures. »



## Un changement majeur à Fil de Vie

**L'an dernier, Fil de Vie a fêté ses 20 ans d'existence;** ce fut un moment de réflexion et de planification. Après deux décennies passées à la tête de l'organisme, Shirley Hickman, directrice principale et fondatrice de Fil de Vie, a annoncé sa retraite. Nous avons créé un babillard électronique pour quiconque aimerait lui transmettre ses réflexions et/ou une photo (<https://www.kudoboard.com/boards/yUazyMnE>). Comme le dit Shirley, « je chéris mes relations avec chacun de nos membres familiaux, bénévoles et partisans. Bien que je ne puisse répondre à chacun, je vous lirai tous et toutes avec beaucoup de plaisir. »

Nous sommes à la recherche d'un nouveau directeur(trice) principal(e) depuis août. Nous aimerions que cette personne occupe ce poste dès le début de 2025. Fil de Vie ne pourrait exister sans les contributions des membres familiaux, bénévoles et partenaires. Notre fondement est solide et Shirley croit que l'organisme est en bonne position pour effectuer cette transition. Les membres du Conseil d'administration de Fil de Vie supervisent l'organisation et sont impliqués dans la planification de la succession de Fil de Vie. Ils ont mis en place un plan d'ensemble pour le recrutement, la sélection et la transition à la direction. Nous vous tiendrons informé à ce sujet.

# Ce qui nous fait marcher : le récit d'Ana



Nous avons tous nos propres raisons pour participer à la randonnée Un pas pour la vie à l'intention de familles affectées par une tragédie du travail, que ce soit comme organisateurs, donateurs ou commanditaires, mais nous le faisons parce que nous nous sentons tous concernés et engagés face aux familles qui vivent une tragédie du travail et pour que ces tragédies soient évitées dans l'avenir. C'est la première fois qu'Ana et sa

famille participaient à la randonnée au printemps. Leur récit montre son importance et son impact quand on s'implique.

« Le 31 août 2023, j'ai reçu le pire appel qui soit pour une femme mariée. Mon mari, âgé de 49 ans et père de mes enfants, était impliqué dans un accident du travail. Un mur de béton s'était effondré sur lui. Je ne l'ai pas vu au moment de l'appel. Je n'avais aucune idée de la sévérité de l'accident. On m'a dit de me rendre à l'hôpital. J'ai donc parlé à mes enfants. Ils ont décidé de m'accompagner à Toronto, car c'était à une heure de route. Je me souviens avec intensité de ce jour. Je me rappelle que le temps s'écoulait lentement. Chaque minute me paraissait durer une éternité. Quelle que soit la vitesse à laquelle j'allais, c'était encore très loin.

Lorsque je suis arrivée à l'hôpital Sunnybrook, je pensais que l'accident était mineur. Aux urgences, la révélation a été macabre : mon mari avait été écrasé sous un mur de béton de 10 000 livres et on l'opérait. Son cousin, qui nous a accueillis à notre arrivée, m'a tout expliqué, mais je n'avais toujours aucune idée de l'étendue de ses blessures. À 4 h du matin, après de longues heures d'attente, le médecin nous a annoncé qu'il avait survécu à l'opération, mais que sa condition était critique. Les 48 prochaines heures seraient cruciales. Il pourrait ne pas survivre. Ça m'a brisé le cœur. Je suis entrée aux soins intensifs où mon amoureux était allongé et branché à des moniteurs et à un appareil respiratoire, sous médicaments. Son combat nous a retenus durant un mois. Nous sommes restés à son chevet à le regarder se battre pour revenir à nous. Il a résisté jusqu'au 27 septembre, date de naissance de notre deuxième enfant, mais trois jours plus tard, le 30, il était fatigué et les choses se sont détériorées. Les médecins nous ont dit qu'ils ne pouvaient rien faire de plus.

Notre vie a complètement changé ce jour-là. Mon mari n'est jamais revenu à la maison. Mes enfants et moi vivons maintenant sans lui. Il ne conduira pas nos filles à l'autel, ne rencontrera pas ses petits-enfants lorsqu'ils auront tant besoin de lui. Sa voix, son toucher et sa présence me manquent. Chaque jour, je me languis de le voir passer le pas de la porte comme avant et de l'entendre dire : « Allô, c'est moi ». Mais il n'est plus là. Il y a un grand vide irremplaçable. Nous avons perdu un homme extraordinaire, un phare rempli de vivacité et de sagesse. Mes

enfants ont perdu leur héros et moi, mon meilleur ami.

C'est par la CSPAAT que j'ai d'abord entendu parler de Fil de Vie. Ils m'ont vivement recommandé de communiquer avec l'organisme pour bénéficier de leurs services. À l'organisme, on m'a aiguillé vers le site Web et c'est là que j'ai su qu'il y avait la randonnée Un pas pour la vie.

Prendre la décision de participer à la randonnée n'a pas été facile. Mon mari était mort six mois auparavant. C'était récent et on vivait encore chacun notre deuil. On était une douzaine de personnes et ça nous a semblé une excellente façon de le maintenir en vie dans nos cœurs. On ne savait pas à quoi s'attendre et on était intimidé au début, mais on s'est vite senti très bien accueilli par tout le monde.

J'ai parlé à Sharon, une femme géniale, qui dès le premier jour m'a très bien accueillie. Je me suis sentie acceptée. Elle m'a assuré que mes enfants et moi n'étions pas seuls, et que la randonnée nous permettrait d'aller de l'avant dans nos vies. Nous avons rencontré d'autres familles ayant vécu un calvaire encore pire. J'étais au bon endroit.

Le jour de la randonnée, je suis allée voir Sharon pour lui présenter mes enfants. Elle nous a accueillis à bras ouverts. On a eu l'impression de faire partie d'une famille qui nous aiderait dans notre parcours. Le fait de marcher avec d'autres personnes ayant perdu des êtres chers nous a réconfortés. Ça nous a rassurés mes enfants et moi.

Je n'ai pas pu participer à tous les programmes de Fil de Vie, car c'est ma première année, mais je compte le faire après le premier anniversaire du décès de Danny. J'ai participé en ligne à un atelier FamilleConnect, et j'ai trouvé très bénéfique de m'exprimer et d'établir des liens avec d'autres gens. J'ai hâte aussi d'aller au forum familial. J'espère devenir conférencière au cours des années à venir.

## ON ACCÉLÈRE : bénévolat à la randonnée!

Un pas pour la vie est vraiment un événement communautaire. Des bénévoles l'organisent annuellement d'un océan à l'autre. Il y a un rôle pour chacun de vous au comité organisateur! Vous y serez formés et vous obtiendrez du soutien. Vous pourrez apprendre comment :

- s'adresser aux commanditaires locaux
- promouvoir l'événement dans la communauté
- coordonner la logistique
- recruter des bénévoles pour le jour de la randonnée
- superviser l'inscription le jour de la randonnée
- présider des réunions et guider le comité



Pour en savoir plus sur l'implication bénévole à Un pas pour la vie, allez à [stepsforlife.ca](http://stepsforlife.ca) ou joignez Heather Lyle, directrice nationale de la randonnée, à [hlyle@threadsoflife.ca](mailto:hlyle@threadsoflife.ca) ou au 888-567-9490.



## Activités à venir

**Forum du Centre :** 27 au 29 septembre

**Forum de l'Ouest :** 25 au 27 octobre

**Ateliers virtuels Families Connect**  
[threadsoflife.ca/families-connect](http://threadsoflife.ca/families-connect)

- Comment pouvons-nous vous aider?  
Introduction à Fil de Vie – vérifiez la date et l'heure sur le site Web
- Les bienfaits d'un club de lecture  
18 et 25 septembre
- Veuvage et deuil avec des enfants  
16 et 30 octobre
- Parler du chagrin durant les jours difficiles : 13 et 16 novembre

## Prix de l'employeur le plus sécuritaire au Canada



Fil de Vie a reçu pour la seconde fois d'affilé le Prix de l'employeur de plus sécuritaire au Canada. Ce prix a été décerné pour la première fois en 2023, ce qui a permis à notre organisation de voir son nom et son logo paraître sur le matériel promotionnel de l'événement auquel nous avons été invités à participer. C'est avec grande joie que nous y avons rencontré des partisans à notre cause. Le produit des ventes de l'encan silencieux nous a été remis pour soutenir nos programmes et services. La remise du prix se déroulera le 10 octobre 2024. Vous trouverez de l'information sur les finalistes au [www.safestemployers.com](http://www.safestemployers.com)

## 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](mailto:@threadsoflife.ca)  
[www.threadsoflife.ca](http://www.threadsoflife.ca)  
[www.stepsforlife.ca](http://www.stepsforlife.ca)

### RÉDACTRICE EN CHEF

Susan Haldane,

[shaldane@threadsoflife.ca](mailto:shaldane@threadsoflife.ca)

### INFOGRAPHE

Chris Williams

### COLLABORATEURS INVITÉS

Lynda Kolly

Emily Stoneman Elwin Watts



**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.

# Devenez un fil de notre Tapisserie de l'espoir



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

La Tapisserie de l'espoir 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.