



CENTRE
FUNÉRAIRE
DU GRANIT
MOUVEMENT COOPÉRATIF

PROFIL

Vol. 33, no 1 LE MAGAZINE DES COOPÉRATIVES FUNÉRAIRES DU QUÉBEC

**LISE
DION**

Mission de vie

**Mourir sans testament
d'Éducaloi**

Ensemble.

Appuyer les proches d'un défunt, c'est poser
un geste de solidarité. Tout comme devenir membre
d'une coopérative funéraire.



En adhérant au mouvement coopératif, vous devenez propriétaire d'une entreprise d'ici porteuse de valeurs telles que l'entraide, la solidarité, l'équité et l'engagement envers son milieu. De plus, tous les membres bénéficient d'une foule d'avantages, comme des réductions sur les frais funéraires.

Devenez membre dès maintenant
819 566-6303 poste 221 – fcfq.coop

PRÉSENT
À CHAQUE
INSTANT



LE RÉSEAU
DES COOPÉRATIVES
FUNÉRAIRES

Lise Dion

Mission de vie

De son propre aveu, Lise Dion dit qu'elle n'a jamais fait les choses comme les autres. Que peu importe ce qu'elle fait, elle déclenche des éclats de rire. Le moins qu'on puisse dire, c'est que Lise Dion a un don! Celui d'évacuer nos soucis quotidiens et d'apporter un certain répit aux personnes éprouvées. Et puisqu'elle-même n'a pas été épargnée, elle peut affirmer sans réserve que le rire, à lui seul, soulage bien des maux.

PAR MARYSE DUBÉ

mdube@fcfq.coop

À l'âge de neuf ans, vous avez perdu votre père. Comment avez-vous vécu ce tragique événement?

En entrant à la maison avec ma mère, mon père était étendu par terre au travers du corridor. Je ne l'ai pas reconnu tout de suite parce qu'il avait les pieds dans une chambre et la tête dans l'autre. Je pensais que c'était un voleur. Ma mère m'a envoyée immédiatement chercher du secours et c'est en revenant que j'ai vu le visage presque tout bleu de mon père avec les yeux révulsés. Il n'était pas encore mort, mais ma mère était en panique totale. Quand j'ai réalisé que la vie se retirait de son corps, j'ai également réalisé que j'étais en train de perdre mon allié, mon grand ami. Je me suis sentie vraiment seule. Ma mère avait complètement « disjoncté » et disait des blasphèmes horribles. Quand la morgue est venue le chercher, les voisins m'ont pris en charge pour m'épargner. La mort de mon père a été tout un choc pour moi.

Il faut savoir que lorsque mes parents m'ont adoptée, ma mère n'était déjà plus jeune et avait 10 ans de plus que mon père. Elle se retrouvait donc à 53 ans avec une en-

fant de neuf ans, et ce n'était pas la vie qu'elle souhaitait. Elle voulait être avec Maurice, mon père. Ce n'était pas le grand amour, elle et moi, à ce moment-là. Au départ, je pense qu'elle n'était pas totalement d'accord avec l'idée de m'adopter quand j'étais bébé. Je crois que c'est mon père qui a insisté.

J'étais seule dans mon petit coin, ma mère était seule dans son chagrin

Comment se sont déroulées les funérailles?

Dans ce temps-là, c'était trois jours d'exposition. Ma mère a été sous médication pendant tout ce temps et j'ai l'impression que la famille lui en a donné un peu plus que prévu. Elle n'était plus là du tout, je l'ai perdue complètement. Elle ne pouvait pas me soutenir. À voir l'état de ma mère, je me demandais comment elle passerait au travers. Je ne savais pas si j'allais la garder longtemps. J'avais peur d'être abandonnée. Par la suite, il m'est arrivé souvent la nuit d'aller voir si elle respirait.

Le retour à la maison n'a pas dû être facile

Je suis allée vivre chez mon oncle pendant quelques mois, le temps que ma mère remanie la maison et qu'elle se départisse des affaires de mon père. Elle a repeint les pièces et donné certains meubles. Le retour à la maison s'est donc fait plus tard pour moi, dans une ambiance plutôt morbide. Je me rappelle qu'on enjambait la place où mon père était tombé et que, parfois, ma mère lui mettait son couvert pour le souper.

Pendant un an, elle a porté le deuil; il n'y a pas eu de télévision et je n'ai pas pu recevoir mes amis. J'étais seule dans mon petit coin, ma mère était seule dans son chagrin. Le deuil était si lourd... Quand on dit que quelqu'un laisse un vide énorme, eh bien chez nous, en plus d'être vide, c'était froid. Elle ne s'en remettait pas et se punissait en voulant être seule le plus souvent. Il aura fallu un an avant qu'elle ne retrouve un certain goût de vivre. Elle ne riait pas beaucoup, mais petit à petit, c'est revenu.

Aviez-vous tout de même des moments de joie?

Dès la minute où je sortais de chez moi, j'étais capable de faire abstraction de ce qui se passait à la maison. Mais il n'aurait pas fallu que je perde mon père à l'adolescence, parce que je ne pense pas que j'aurais pu retrouver une certaine joie. L'adolescence a été dure pour moi.

Vous avez fait une tentative de suicide à 18 ans. Quel a été l'élément déclencheur?

Je pense que c'est une accumulation de plusieurs choses, dont le fait que ma mère était très sévère avec moi. Déjà, à l'âge de 11 ans, je lui avais dit : *Pourquoi tu ne me mets pas dans une cage, parce que là je ne peux plus rien faire!* J'avais le sentiment d'être prisonnière. Quand je parlais avec mes amies sur le balcon, elle sortait pour me dire qu'elle allait se suicider. Ça me mettait à l'envers chaque fois. À 18 ans, pour ma fête, mes amies m'avaient organisé une surprise, elle a fait une crise pendant la fête. C'était tout le temps comme ça. Alors, quand j'ai eu un amoureux et que mon cousin, dont j'avais été victime d'inceste, a voulu me dénoncer à ma mère, j'ai démissionné. J'ai pris des médicaments.

Lorsque ma mère est venue me voir à l'hôpital, je n'étais pas dans ma chambre. C'est en voyant le matelas sans literie qu'elle a pensé que j'étais morte. J'étais allée passer des tests et je l'ai vue courir dans le corridor avec son ourson sous le bras. C'est là que je me suis dit qu'elle avait assez souffert. Que je ne pouvais pas en rajouter. Alors, ma propre douleur, je l'ai mise sur la glace.

Le fait d'avoir mis votre douleur sur la glace a-t-il un lien avec votre métier d'humoriste?

C'est vrai que le rire peut cacher de grosses peines, mais c'est aussi une façon de se libérer. À l'âge de 13 ou 14 ans, j'ai réalisé le pouvoir du rire. Dès que j'ai commencé à faire rire les jeunes autour de moi, j'ai vécu moins d'intimidation. Le rire a un grand pouvoir de séduction et je suis venue au monde pour faire rire.

Le rire a un grand pouvoir de séduction et je suis venue au monde pour faire rire.

Remarquez que ma mère ne riait pas tellement de mes blagues, mais elle a vu le début de mon succès et elle était très fière de moi. D'ailleurs, depuis son décès, c'est un de mes grands regrets. J'aurais aimé qu'elle y assiste plus longtemps, ça m'aurait permis d'avoir les moyens de la gâter.

Votre mère est décédée à l'âge de 80 ans. En quoi cette expérience fut-elle différente pour vous?

Ma mère est morte d'une embolie pulmonaire. Ça faisait deux jours que j'essayais de la contacter. Elle sortait beaucoup, mais le soir, habituellement, elle était chez elle. À ce moment-là, je me préparais pour une émission de télévision. J'étais très stressée et très occupée. Le lendemain matin cependant, j'ai appelé le concierge pour



Maurice et Armande, parents de Lise Dion

Qu'est devenue la petite fille que vous étiez avant le décès de votre père?

J'ai pris sur moi la responsabilité de surveiller ma mère et je suis devenue, en quelque sorte, un « parent ». L'enfance était finie. Vous savez, pendant la guerre, alors que ma mère était religieuse en Bretagne, elle a passé quatre ans dans un camp de concentration et elle est revenue avec un caractère étrange. Déjà, avant le décès de mon père, elle n'allait pas bien. Après, son monde a basculé complètement, mais le mien moins.

Pouviez-vous vous confier à certains membres de votre famille? À des amis?

Pas tellement, parce que ma mère s'était éloignée de la famille de mon père. Ce sont surtout des voisins qui m'ont aidée. On vivait à Montréal en plein centre-ville et, dans ce temps-là, les voisins s'entraidaient beaucoup.

qu'il aille voir, parce que j'étais vraiment inquiète. Il m'a rappelée 45 minutes après pour me demander de venir tout de suite. Comme il ne voulait pas répondre à mes questions, je me doutais bien de ce qui m'attendait.

J'ai vomi de Longueuil à Montréal. À tout moment, j'arrêtais mon véhicule pour régurgiter. Ma peur, c'était qu'elle soit tombée par terre sans pouvoir m'appeler. Je l'imaginai en état de panique avant de mourir, avec le visage en souffrance. Mais finalement, elle est morte en douceur. Elle s'est levée pendant la nuit, sans doute qu'elle ne devait pas être bien, elle s'est assise sur le divan et elle est tombée sur le côté.

J'avais tellement de remords... deux jours qu'elle était morte! Ils ont attendu qu'elle soit partie pour la morgue et ils ont aéré l'appartement. Ce fut très difficile pour moi d'entrer. Ça sentait la mort. C'est une odeur particulière la mort, une odeur difficile à décrire. Même si tu ne l'as jamais sentie, tu sais que c'est ça. J'ai fait vite. J'avais besoin de ses vêtements pour les funérailles, ainsi que ses cartes d'assurance maladie et d'assurance sociale.

Y a-t-il quelque chose de particulier qui vous a marqué au moment des funérailles?

Au salon funéraire quelqu'un m'a dit : *Il va falloir que tu sois forte et que tu arrêtes de pleurer.* Excuse-moi! J'ai deux jours de salon, je peux-tu brailler s'il te plaît! J'ai-tu le droit d'avoir de la peine? Ça me choque tellement ce genre de remarque!

C'est comme lorsque les funérailles se déroulent en présence d'une urne. Les gens continuent de jaser comme si de rien n'était, comme si la personne décédée n'était pas là. On peut-tu au moins parler d'elle! On peut-tu laisser notre quotidien de côté et lui rendre hommage! Avant, on se racontait des anecdotes au sujet du défunt. Maintenant, oublie ça, tout le monde est sur son cellulaire.

Quand le corps est exposé, je trouve qu'il y a un plus grand respect : le ton de la voix baisse, on ressent plus la perte. Ça ne me dérange pas d'être incinérée, mais c'est certain que je veux être exposée. Mes enfants le savent déjà.



Votre mère avait-elle exprimé ses dernières volontés?

Elle avait commencé à me dire ce qu'elle voulait pour son décès alors qu'elle n'avait que 65 ans. J'en ai entendu parler pendant quinze ans. J'avais toute une liste, dont certaines demandes étaient vraiment spéciales. Entre autres, elle voulait être enterrée dans le même lot que mon père, mais exactement par-dessus lui. Sauf que mon père était mort depuis longtemps et la dame du cimetière essayait de m'expliquer que ce serait difficile, parce qu'elle ne savait pas s'il restait quelque chose du cercueil de mon père. Je l'ai arrêtée net. Je ne voulais pas de détail, tout ce que je voulais, c'était qu'elle me dise que ce serait fait.

On peut-tu laisser notre quotidien de côté et lui rendre hommage!

J'avais également eu droit à une demande inattendue : *Si ta vraie mère (qui était sa belle-sœur) vient au salon et qu'elle s'agenouille devant mon cercueil en disant qu'elle m'aimait beaucoup, frappe-la!* Et à mon grand désespoir, c'est exactement ce qui est arrivé. Imaginez la situation! Pour m'en sortir, lorsqu'elle a mis son manteau avant de partir, j'ai fait semblant qu'il y avait de la poussière dessus : *Mais où es-tu passée? Il y a de la poussière partout!* Et là, je me suis mise à lui taper dessus pour l'enlever.

Ma mère avait pensé à tout. Elle m'avait dit : *inquiète-toi pas, tout est payé!* Mais ce n'était pas vrai. Je m'étais retrouvée avec une dette de 6000 \$ alors que je vendais encore des beignes pour gagner ma vie!

Au-delà des demandes de votre mère, y a-t-il quelque chose que vous souhaitez faire pour ses funérailles?

Je ne voulais pas la voir dans son cercueil, j'ai donc demandé un cercueil fermé. Quand je suis arrivée au salon funéraire avec ma meilleure amie, elle m'a dit que





c'était un passage important, que ce serait bon pour moi de la voir une dernière fois. J'ai dû m'y reprendre trois fois avant d'être capable de me rendre au cercueil, et là, j'ai sauté une coche. Je me suis mise à lui parler, je lui demandais si le cercueil était correct, je voulais savoir si elle aimait la robe que je lui avais choisie... je lui parlais sans cesse. Mes enfants me regardaient et se disaient que j'étais devenue folle.

J'avais demandé qu'elle porte des gros bas de laine parce qu'elle avait toujours les pieds gelés, et ses lunettes pour qu'elle puisse reconnaître mon père là-haut. Je voulais aussi mettre certaines choses dans son cercueil : des lettres, des photos d'elle avec Maurice, des branches avec des « petits minous » qu'elle aimait tant. Ça ne finissait plus. Le responsable au salon était découragé. À la blague, j'ai voulu lui demander si je pouvais mettre le « câble » dans son cercueil, vu qu'elle aimait tellement écouter la télévision. Mais je me suis retenue.

Ça va donc ben vite aujourd'hui pour effacer une vie de la planète!

Peu de temps après son décès, on vous a demandé de vider son logement. Étiez-vous prête?

J'étais surtout fâchée. Ça n'a pas de bon sens! Ça va donc ben vite aujourd'hui pour effacer une vie de la planète! J'ai trouvé ça dur de mettre la vie de quelqu'un dans des boîtes. Heureusement, je n'étais pas seule, j'étais avec ma meilleure amie. J'ai beaucoup ri et beaucoup pleuré toute la journée. Ma mère m'avait volé des affaires et, chaque fois que je retrouvais mes chandails ou mes jaquettes, je riais. Dans sa sacoche, il y avait plusieurs de mes bijoux. Ce n'était rien de méchant et ça m'a surtout fait rire.

Le secret du coffre bleu est un livre que vous avez écrit sur une partie de la vie de votre mère. Était-ce une façon de boucler la boucle avec votre passé?

En quelque sorte. Ce coffre bleu dont je parle appartenait à ma mère. J'ai gardé tout ce qu'il y avait dedans : ses photos, son missel, ses passeports, les papiers d'arrestation du temps de la guerre et tous ses souvenirs, dont certains secrets. C'est en faisant mes recherches pour l'écriture du livre que j'ai vu à quel point elle avait souffert. J'aurais aimé le réaliser plus jeune, ça m'aurait permis de mieux comprendre ses sautes d'humeur. Écrire ce livre m'a fait retomber en amour avec elle. Il a mis un baume sur mes plaies, parce qu'on n'avait pas la plus belle relation elle et moi, même si on s'est retrouvées à la fin.



Est-ce que cette relation avec votre mère a eu un impact sur votre relation avec votre fille?

Avec ma fille, la relation est très différente, on est pareilles elle et moi. On pense les mêmes choses, on a les mêmes goûts. Le lien est très fort. Pour mes 65 ans, elle m'a offert un tatouage d'une petite fille et de sa mère. Les deux sont liées par une ficelle en forme de cœur. Il est fait en deux parties qui se complètent : moi j'ai la petite fille et elle a la mère. Lorsque je serai décédée, elle saura que je suis avec elle en tout temps.

Vous avez eu votre part d'épreuves. Êtes-vous capable de faire de l'humour en toutes circonstances?

Ça n'arrête jamais! Le drame et l'humour se touchent beaucoup. Même que c'est plaisant de désamorcer une situation dramatique avec humour. Le rire, ça détend, ça fait du bien.

Un jour, une dame a écrit pour dire qu'en écoutant mon DVD, elle avait vu son père dans la troisième rangée en train de rire de mes blagues. Pas longtemps après, le cancer le grugeait, il a perdu du poids et il est décédé. J'en parle et j'ai encore le frisson, parce que les dernières images qu'ils ont vues sur le DVD, c'est leur père en santé qui riait.

J'ai régulièrement des témoignages de gens atteints d'un cancer qui viennent me voir pour un autographe ou qui ont regardé mon DVD en faisant leur chimio. Au début, j'étais mal à l'aise, je ne savais pas quoi leur dire. Qu'est-ce que tu dis à quelqu'un qui va mourir? Mais maintenant, ça va. Je leur dis : *Est-ce que vous avez tout oublié pendant le spectacle? Oublié les traitements, la mort qui s'en vient?* Et ils me répondent oui. Alors j'ai gagné. J'ai gagné, parce que je suis là pour ça, pour que tu puisses t'évader, te changer les idées et ne plus penser à rien.

C'est une belle mission de vie ça!

Je crois, oui, car c'est vrai qu'on fait du bien en faisant rire les gens. Et ça, c'est inné chez moi. ■

L'engagement envers une meilleure santé mentale

L'année 2020 a apporté son lot de défis et de changements qui ont déstabilisé notre quotidien. Notre santé mentale a plus que jamais été mise à l'épreuve. Loin de nos proches durant une longue période, il est normal que notre santé mentale soit affectée.

Il est bon de savoir comment l'anxiété peut se manifester et comment identifier nos propres déclencheurs émotionnels afin de mieux les comprendre et les gérer. La peur, le stress et l'inquiétude sont normaux en temps de crise.

Voici quelques conseils pour prendre soin de vous :

Rencontrez votre conseiller en sécurité financière pour vous assurer que les plans établis demeurent sur la bonne voie. Ensemble, vous pourrez revoir votre plan et y apporter les ajustements nécessaires, par exemple :

- Restez informé, mais accordez-vous des pauses des bulletins d'information.
- Ayez un bon horaire de sommeil.
- Mangez des repas sains et équilibrés (et variés!).
- Faites régulièrement de l'exercice.
- Pratiquez la pleine conscience par la méditation, des étirements, des respirations profondes.
- Concentrez-vous sur les aspects positifs de votre vie.
- Faites preuve de bienveillance et d'empathie envers vous-même et les autres.

Quel lien peut-il avoir avec l'assurance?

Prenez le temps de rencontrer (virtuellement) votre agent d'assurance et votre conseiller en sécurité financière afin de réviser vos couvertures et vous assurer que le tout est en ordre. Se savoir bien assuré, selon vos besoins et vos finances est plus important que jamais.

- Songez à souscrire une assurance maladies graves. Si vous tombez gravement malade ou que vous vous blessez au point de ne plus pouvoir travailler, cette assurance vous aidera à payer les factures et à maintenir le mode de vie de votre famille.
- Examinez votre police d'assurance vie et veillez à ce que votre famille soit bien protégée au cas où il vous arriverait quelque chose.
- Révisez votre plan de retraite. Si vous avez des REER ou d'autres placements, déterminez les rajustements à faire pour vous assurer une retraite confortable.

Un bon plan fait aujourd'hui est garant de votre tranquillité d'esprit de demain!



Découvrez les avantages aux membres

En tant que membre de votre coopérative, vous avez accès à des économies et une protection d'assurance à valeur ajoutée offertes par Co-operators :

- Assurance habitation bonifiée – Accès à des couvertures supplémentaires à un taux préférentiel ou nominal.
- Obtenez un rabais allant jusqu'à 5 % sur le taux de base des polices d'assurance habitation admissibles.
- Assurance auto – Obtenez un taux préférentiel selon votre province de résidence.*
- Profitez d'un rabais allant jusqu'à 10 % sur le taux de base des polices d'assurance voyage admissibles.†

Pour en savoir plus, communiquez avec votre représentant de Co-operators ou visitez le [cooperators.ca/avantagesauxmembres](https://www.cooperators.ca/avantagesauxmembres).



Habitation Automobile Vie Placements Entreprise Voyage





Le deuil et la prise de décisions

J'ai du mal à me décider. Vendre la maison ou non? Partir en voyage ou non? Participer à une activité ou non? Depuis sa mort, j'ai l'impression de ne plus savoir ce que je veux.

Plusieurs décisions sont à prendre lorsque vous vivez un deuil. Paradoxalement, il s'agit d'une période pendant laquelle vous n'êtes pas le mieux disposé pour prendre ces décisions. La difficulté à se concentrer, les émotions à vif et la nécessité d'appivoiser une nouvelle réalité sont tous des facteurs qui viennent nuire à votre capacité à faire des choix éclairés.

De nombreuses personnes peuvent vous conseiller. Chacun, selon ses compétences et ses valeurs, vous offrira alors une vision différente d'une même situation. Ces personnes, bien intentionnées, peuvent vous servir de guides. Il arrive toutefois qu'elles sèment aussi la confusion. En effet, elles vous font voir une option non envisagée, mais parallèlement, elles peuvent aussi vous faire bifurquer de vos priorités, de ce que vous êtes.

Par exemple, pour votre lieu d'habitat, vous privilégiez le confort et l'esthétisme alors qu'une personne proche de vous mise davantage sur le côté pratique et économique. Les choix de maison différeront. Or, qui habitera cette maison? Il importe donc de se fier avant tout à soi.

Ce qu'il faut considérer

Trois éléments peuvent être pris en considération pour prendre une décision : le raisonnement, les émotions et l'intuition. Malheureusement, la période de deuil peut être si tumultueuse qu'elle vient brouiller chacun de ces éléments. Ainsi, il est préférable de minimiser les prises de décisions importantes (déménagement, changement d'emploi, dépense significative, rupture amoureuse, etc.) pendant cette trajectoire de deuil. Lorsqu'une plus grande stabilité sera retrouvée, vous serez alors plus en

Pistes de réflexion

- Quelle place donnez-vous aux commentaires des autres et à votre logique dans vos prises de décision?
- Comment êtes-vous attentif à ce que vous ressentez lors d'une prise de décision?
- Quels sont les moments de votre vie où vous avez suivi votre intuition?
- Quels sont les moments de votre vie où il aurait été préférable d'écouter davantage votre intuition?

mesure de prendre des décisions qui correspondent à ce que vous êtes.

Il est aussi possible d'utiliser l'intuition comme ligne directrice à suivre. Mais de quoi s'agit-il exactement? L'intuition est une forme d'impression ou de sensation qui survient de façon globale, sans nécessairement être associée à une partie du corps en particulier. Plusieurs utilisent leur intuition sans en être conscients ou encore ont des intuitions, mais ne les écoutent pas. Ces intuitions arrivent par le biais de vos sens et se manifestent sous la forme de ressenti ou simplement d'un vague sentiment de certitude. Une petite voix intérieure revient incessamment, vous rêvez ou vous avez une chaleur inhabituelle qui se manifeste en même temps que votre pensée. Bref, la difficulté en situation de deuil est qu'on oublie d'être attentif à ces messages, trop pris par le tourbillon de la perte.

«Beaucoup de gens se sentent mal équipés pour prendre les décisions appropriées. Cela est dû au fait que, pour la plupart d'entre nous, notre éducation a favorisé le développement des facultés de la logique et du raisonnement. Nous avons appris uniquement à penser comment mener notre vie au lieu d'apprendre à sentir comment la mener.»

Dan Millman, *Chaque jour L'illumination*

Pourtant, si vous prenez le temps de vous arrêter et d'écouter simplement ce qui jaillit lorsque vous devez prendre une décision, vous constaterez que l'information arrive souvent spontanément. S'arrêter, écouter et ressentir, voilà des pistes qui peuvent vous guider dans vos prises de décision. Et, si l'incertitude se poursuit, peut-être n'est-il tout simplement pas le moment de décider.

Josée Jacques

À propos de l'auteure

Josée Jacques est psychologue auprès de personnes endeuillées depuis plus de 25 ans. Auteure de nombreux livres et articles, elle est aussi professeure de psychologie au Collège de Rosemont.



Vivre l'impensable

Je baigne dans le domaine funéraire depuis 2001 et je suis thanatologue depuis 2010. Le côté multitâche et le rôle d'aidant dans mon travail me plaisent énormément. Toutefois, le 31 août 2019, cet univers allait être bousculé et remis en question; tôt ce matin-là, mon fils Gabriel avait enfourché sa moto pour sa dernière *ride*. Une collision inévitable allait nous le ravir instantanément.



Marie-Pierre avec deux de ses enfants : Abigaël et Gabriel (décédé)

Il m'aura fallu quelques heures pour sortir de la torpeur : je ne rêvais pas. J'ai dû apprendre la nouvelle à son père, à mes quatre autres enfants et à nos parents. Nous étions tous complètement dévastés. Ce soir-là, la grande famille de Gabriel est restée à la maison. Plusieurs amis et connaissances nous ont rejoints pour tenter d'assimiler l'impensable, l'irréel.

Personne n'est émotivement préparé à subir une telle secousse, pas même un doyen du domaine funéraire. Il est vrai que notre expérience en tant que professionnel nous aide à savoir ce qui s'en vient et où se diriger, mais quand je me suis retrouvée assise de l'autre côté du bureau, j'avais perdu la plupart de mes repères.

Mon meilleur ami est thanatologue. C'est à lui que j'ai demandé de prendre soin de mon fils et de faire la thanatopraxie (embaumement). Je ne m'en sentais pas la force et je ne voulais pas voir ses blessures. J'avais peur de devoir vivre avec de possibles *flashbacks*. J'ai cependant hésité sur un point : allais-je habiller moi-même mon p'tit Gab? Finalement, je ne l'ai pas fait et c'est très bien comme ça.

De façon naturelle, j'ai chapeauté l'organisation de plusieurs étapes des funérailles, mais toujours en collaboration avec le père et l'amoureuse de Gabriel. Il était convenu que nous ferions le choix des rituels ensemble. Lorsqu'est venu le temps de préparer la cérémonie, les enfants ont mis la main à la pâte. Il était important pour nous qu'ils puissent s'impliquer. Je suis sincèrement convaincue que nous avons formé une super équipe pour rendre hommage à Gabriel, pour le remercier de nous avoir tant donné; il était tellement volontaire!

J'ai pris plusieurs semaines, voire des mois de repos, de réflexion, de guérison. Longtemps, mon défi quotidien consistait simplement à faire mon lit, à me vêtir et à m'alimenter. Je me demandais tellement comment je pourrais

retrouver mon énergie d'avant et retourner au boulot. Un vieux sage m'a glissé à l'oreille qu'il était convaincu que je retrouverais ma force à travers mon besoin d'aider les autres. Et il avait raison, même si j'en doutais.

Aujourd'hui encore, certains deuils viennent toucher une corde sensible. Par contre, je ne replonge pas nécessairement dans une douleur vive. L'expérience de la perte de Gabriel me

guide surtout dans mon écoute, dans mon ouverture aux autres. Je garde en tête que le chemin que j'ai suivi est le mien; celui de la famille que j'accompagne est le leur. Évidemment, j'en reconnais certaines vibrations. L'intensité de ce qu'ils vivent, le vide qui s'impose à eux me sont familiers... mais leur histoire demeure unique et différente de la mienne.

Je crois que mon expérience peut apporter l'espoir qu'il est possible de renouer avec la vie, même après la perte d'un enfant. Les petits bonheurs du quotidien finissent inévitablement par prendre le dessus... Bien sûr, certains moments sont plus gris que d'autres. Mais quand ces instants se présentent, je me dis que chaque larme versée est une bribe de tristesse que je ne porte plus en moi.

Mon meilleur outil, ma plus grande force est sans contredit mes enfants et mes petits-enfants. Nous sommes tricotés serré. Mes enfants ont tous été très présents pour moi et le sont encore, à la mesure de ce qu'ils peuvent donner, car eux aussi vivent une grande perte. Cet amour familial fait de solidarité est ma bouée, la base de mes valeurs. Mes deux tout-petits, avec toute leur énergie, m'aident à vivre le moment présent et ça n'a pas de prix!

Je retiens de cette tragédie qu'il faut affronter sa peine, ou plutôt accepter sa peine. Accueillir toute cette diversité d'émotions et trouver un équilibre. Apprendre à vivre avec l'absence et ses relents. Faire la paix avec soi-même. Pouvoir se souvenir avec tout l'amour dont on est capable.

Comme le dit si bien André Malraux, *La plus belle sépulture, c'est la mémoire des hommes!*

Marie-Pierre Bouchard

Superviseure des services aux familles
Coopérative funéraire de l'Estrie

Mourir sans testament : qui sont les héritiers?

Gérard est décédé le mois dernier. Il n'avait pas rédigé de testament. Son épouse est toujours vivante. Ensemble, ils ont eu quatre enfants, mais le plus vieux d'entre eux est décédé l'an dernier en laissant dans le deuil son épouse et ses deux filles, dont Isabelle. Isabelle se demande si elle va hériter de son grand-père. Pour le savoir, il faut se référer à la loi (Code civil du Québec) pour connaître qui sont les héritiers d'une personne sans testament et la part de chacun. Dans cet article, Éducaloi vous explique les règles prévues par la loi lorsqu'une personne décède sans avoir fait de testament et répond aux questions les plus fréquentes.

Qu'arrive-t-il si je décède sans avoir fait de testament?

À votre décès, si vous êtes marié ou uni civilement, il faut d'abord procéder au partage du patrimoine familial. Ensuite, il faut appliquer les règles de votre régime matrimonial ou d'union civile sur vos biens. Puis, le reste de vos biens serviront à payer les dettes que vous aviez avant votre décès, les frais reliés à votre décès, les impôts et les autres dettes. Ce qui restera sera partagé entre vos héritiers, en fonction des règles prévues par la loi.

Est-ce que tous les membres de ma famille recevront une part de l'héritage?

Non. C'est la loi qui prévoit les membres de la famille qui hériteront et la proportion à laquelle chacun aura droit. (voir le tableau Parts d'héritage selon la loi, p.11)

Je n'ai pas fait de testament. Est-ce que mon conjoint est automatiquement protégé?

Si vous êtes marié ou uni civilement et que vous n'avez pas fait de testament, votre conjoint héritera d'une partie de vos biens. Si vous n'êtes pas marié ni uni civilement, votre conjoint de fait n'héritera pas, et ce, même si vous habitez ensemble depuis 20 ans! Seul un testament peut lui permettre d'hériter.

Je suis séparée de mon conjoint. Héritera-t-il si je n'ai pas fait de testament?

Si vous avez obtenu un jugement de divorce, votre ex-conjoint n'héritera pas de vos biens. Si vous n'avez pas de jugement de divorce, vous êtes toujours considérés mariés au sens de la loi. Votre ex-conjoint peut alors réclamer certaines sommes d'argent à votre succession en plus d'hériter d'une partie ou de la totalité de vos biens à votre décès.

Pourquoi faire un testament?

Pour le commun des mortels, un testament sert uniquement à répartir les biens d'une personne après son décès : la maison au conjoint, l'auto à l'aîné, la tondeuse au beau-frère, etc.

Mais votre testament peut prévoir bien d'autres choses qui guideront vos proches quand vous ne serez plus là. Par exemple, il peut :

- nommer le responsable du règlement de votre succession (le liquidateur) ainsi que son remplaçant;
- étendre les pouvoirs du liquidateur au-delà de ceux prévus par la loi (par exemple, il pourra vendre vos biens sans obtenir l'autorisation des héritiers);
- prévoir la façon dont le liquidateur sera rémunéré;
- créer des mécanismes juridiques (par exemple une fiducie) pour minimiser l'impact fiscal sur les héritiers;
- nommer un tuteur à votre enfant mineur.

Il est aussi possible d'y préciser vos souhaits et vos directives quant à vos funérailles. Mais comme la plupart du temps votre testament sera ouvert après vos funérailles, il est préférable d'en parler à vos proches de votre vivant ou de conclure un contrat de préarrangements funéraires avec une entreprise de services funéraires.

Qui peut faire un testament?

Pour faire un testament, il faut avoir 18 ans et comprendre les conséquences de votre testament. Toutefois, un mineur pleinement émancipé par le tribunal a le droit de faire un testament, et rien ne l'empêche de le modifier par la suite.

Source : <https://educaloi.qc.ca/capsules/mourir-sans-testament>
Texte rédigé par Éducaloi

Valide en date du 26 janvier 2021. L'information qu'Éducaloi vous offre explique de façon générale le droit en vigueur au Québec. Il ne s'agit pas d'un avis ou d'un conseil juridique. Pour connaître les règles particulières à votre situation, consultez un avocat ou un notaire.

Parts d'héritage selon la loi

J'ai un conjoint avec qui je suis marié ou uni civilement et j'ai des enfants.

Vos biens seront répartis comme suit :

- Votre conjoint, dans une proportion de 1/3.
- Vos enfants en parts égales, dans une proportion de 2/3.

Dans un tel cas, même si vous avez des parents, des frères et des sœurs, ils n'hériteront pas.

J'ai un conjoint avec qui je ne suis pas marié ni uni civilement et j'ai des enfants.

Vos biens seront répartis comme suit :

- Vos enfants en parts égales (100 %).

Dans un tel cas, même si vous avez des parents, des frères et des sœurs, ils n'hériteront pas.

Je n'ai pas de conjoint, mais j'ai des enfants.

Vos biens seront répartis comme suit :

- Vos enfants en parts égales (100 %)

Dans un tel cas, même si vous avez des parents, des frères et des sœurs, ils n'hériteront pas.

J'ai un conjoint avec qui je suis marié ou uni civilement, mais je n'ai plus de parents ni d'enfant.

Vos biens seront répartis comme suit :

- Votre conjoint, dans une proportion de 2/3
- Vos frères, sœurs en parts égales*, dans une proportion de 1/3

*Si l'un de vos frères et sœurs est prédécédé, sa part reviendra à ses enfants (vos neveux et nièces).

J'ai un conjoint avec qui je suis marié ou uni civilement et des parents, mais je n'ai pas d'enfant.

Vos biens seront répartis comme suit :

- Votre conjoint, dans une proportion de 2/3
- Vos parents en parts égales*, dans une proportion de 1/3

*Si l'un des parents est prédécédé, l'autre parent recueillera sa part.

Dans un tel cas, même si vous avez des frères et des sœurs, ils n'hériteront pas.

Je n'ai pas de conjoint ni d'enfant, mais j'ai des parents et des frères et sœurs.

Vos biens seront répartis comme suit :

- Vos frères, sœurs en parts égales*, dans une proportion de 1/2
- Vos parents en parts égales*, dans une proportion de 1/2

*Si l'un de vos frères et sœurs est prédécédé, sa part reviendra à ses enfants (vos neveux et nièces).

Je n'ai pas de conjoint, ni d'enfant, ni de parents, mais j'ai des frères et sœurs.

Vos biens seront répartis comme suit :

- Vos frères, sœurs en parts égales* (100 %)

*Si l'un de vos frères et sœurs est prédécédé, sa part reviendra à ses enfants (vos neveux et nièces).

Le contenu de cet article est tiré du site web Éducaloi : educaloi.qc.ca

Éducaloi est un organisme québécois de bienfaisance, indépendant, neutre et non gouvernemental qui occupe un rôle de premier plan dans l'amélioration de l'accès à la justice depuis sa fondation en 2000. Il a pour mission d'informer le public sur la loi, sur ses droits et sur ses responsabilités. Pour y parvenir, l'organisme compte sur une trentaine d'employés et plusieurs partenaires.

Sur son site web, vous trouverez des articles sur différents sujets, allant de l'achat en ligne à la médiation familiale. Plusieurs guides, vidéos et formations gratuites sont aussi disponibles dont deux guides d'une vingtaine de pages sur la succession et le testament.



<https://educaloi.qc.ca/publications/decès-succession-comment-gérer-decès>

https://educaloi.qc.ca/wp-content/uploads/guide_testament.pdf



Le programme **Solidarité**

Solidarité et compassion lors de la perte d'un enfant

Lors du décès d'un enfant de 14 ans et moins, le Centre funéraire du Granit assumera les coûts reliés à ses propres biens et services, jusqu'à concurrence de 2 500 \$.

Vous pouvez adhérer à ce programme, simplement en devenant membre de votre coopérative funéraire.

* voir les détails auprès du Centre funéraire du Granit



Des services complets

Vous retrouverez dans votre coopérative funéraire les services suivants :

- Accueil cordial
- Funérailles traditionnelles
- Service de crémation (incinération) / aquamation
- Columbarium
- Arrangements préalables / Dépôt de volontés
- Conseillers pour l'organisation de vos funérailles ou celles de vos proches.
- Cérémonies personnalisées
- Avis de décès
- Cartes de remerciements
- Formalités légales du gouvernement

Au-delà des services funéraires

- Vos arrangements préalables déménagent avec vous sans frais ni pénalité dans une autre coopérative funéraire membre de la Fédération
- Revue d'information *Profil*
- Documentation pratique
- Service d'aide aux familles endeuillées
- Événements et activités organisés par le Centre funéraire (portes ouvertes, conférences, messe commémorative, etc.) (sauf en cas de COVID-19)



Cérémonie personnalisée

Nous vous offrons le service de cérémonies personnalisées

- à la chapelle du salon funéraire
- directement au cimetière
- à votre domicile, ou tout autre lieu de votre choix.

Nous sommes à l'écoute de vos besoins



**CENTRE
FUNÉRAIRE
DU GRANIT**
MOUVEMENT COOPÉRATIF

Siège social
3844, rue du Québec-Central
Lac-Mégantic, Qc
G6B 2C6

Service 24 h/7 jours
819 583-2919
1 800 667-2919
cfgranit.qc.ca

Vivez en paix

Vous avez toujours été présent pour vos proches et, grâce aux arrangements préalables, vous pouvez continuer de prendre soin d'eux.



L'arrangement funéraire préalable au Centre Funéraire du Granit

L'arrangement funéraire préalable communément appelé (préarrangement) est le moyen le plus connu pour l'organisation de votre planification funéraire. Vous faites alors le choix de vos arrangements et en payez le coût au tarif d'aujourd'hui. Il est possible d'étaler le paiement du contrat d'arrangement funéraire préalable, avec des versements préautorisés, jusqu'à 60 mois sans intérêt.

Les avantages de cette formule sont nombreux :

- Elle évite à vos proches de prendre des décisions sous le coup de l'émotion et leur épargne de nombreuses formalités et démarches souvent pénibles dans une période aussi difficile.
- Vous décidez du rituel que vous désirez : exposition en présence du corps ou des cendres, funérailles à l'église ou cérémonie d'adieu au salon funéraire, inhumation dans un cimetière ou disposition de l'urne dans un columbarium....
- C'est également un placement sécurisé car 90 % des montants confiés sont déposés chez un fiduciaire reconnu.
A-23.001 - Loi sur les arrangements de services funéraires et de sépulture

En d'autres termes, c'est l'assurance de recevoir demain des services au prix d'aujourd'hui.

QUESTIONS / RÉPONSES

Je dois déménager de la région, qu'advient-il de mon arrangement préalable?

Votre arrangement préalable peut être transféré dans une autre coopérative funéraire membre de la Fédération des coopératives funéraires du Québec sans pénalité et sans frais supplémentaires; le réseau compte 100 points de services à la grandeur du Québec.

Le rituel choisi sur mon arrangement préalable ne répond plus à mes valeurs et croyances, est-ce que je peux le modifier?

L'arrangement préalable est modifiable en tout temps par l'acheteur; si vous annulez des items au contrat, ces items vous seront remboursés et augmentés de l'intérêt généré au cours des années, ainsi que les taxes applicables lors de la signature du contrat.

Lors de mon décès, si j'ai un arrangement préalable avec exposition du corps avec cercueil et que la cause de mon décès rend impossible le respect du contrat, qu'advient-il du montant que j'ai payé?

Au Centre Funéraire du Granit, les items non utilisés sur votre arrangement préalable seront remboursés et augmentés de l'intérêt généré au cours des années. Le remboursement des taxes peut varier selon la date de signature du contrat. Ce remboursement sera effectué au nom de votre succession.

Advenant le cas où j'ai des regrets suite à la signature d'un contrat d'arrangement préalable, est-ce que je peux l'annuler?

Le contrat d'arrangement préalable est annulable moyennant une pénalité de 10 % du montant avant taxes. Le remboursement comprendra donc 90 % du montant dû avant taxes, l'intérêt cumulé au contrat ainsi que les taxes payées sur ce contrat.

Nos conseillers peuvent vous rencontrer à nos bureaux ou à votre domicile sans frais ni engagement de votre part. Pour information : 819-583-2919

LES COOPÉRATIVES FUNÉRAIRES

Un monde à découvrir

Vous aimeriez en apprendre plus sur les coopératives funéraires, les avantages d'être membres, la thanatopraxie (embaumement), la crémation, les arrangements préalables, les rituels funéraires?

Vous réfléchissez à vos volontés funéraires et vous souhaitez poser des questions sans crainte de pression? Vous aimeriez travailler dans ce secteur et vous aimeriez en apprendre plus sur les possibilités d'emploi?

Venez participer avec nous à une **ligne ouverte** sur les coopératives funéraires qui se tiendra sur le web

Des personnes passionnées par leur travail répondront à diverses questions fréquemment posées et viendront démystifier ce secteur.

Le 27 avril à 15 h



Caroline Cloutier
Directrice marketing
et communications
Coopérative funéraire
du Grand-Montréal



David Emond
Directeur général
Coopérative funéraire
des Deux Rives

Le 5 mai à 19 h



Manon Grenier
Directrice générale
Centre funéraire
coopératif du Granit



François Fouquet
Directeur général
Coopérative funéraire
de l'Estrie

Rendez-vous sur **portes-ouvertes.fcfq.qc.ca**
et vous trouverez un lien pour vous joindre à cette activité en ligne.

Vous pouvez aussi envoyer vos questions à l'avance à **portes-ouvertes@fcfq.coop**

De plus, vous y retrouverez une vidéo qui vous permettra, dans le confort de votre foyer, de visiter un laboratoire de thanatopraxie, un crématorium, une salle de sélection de cercueils et d'urnes, une salle de cérémonie et des salons d'exposition.

L'exercice, ça fait du bien au moral!

Vivre un deuil est une grande épreuve. Bien qu'elle soit principalement psychologique, elle devient rapidement une épreuve physique. Tout devient plus lourd, plus dur, et la dernière chose qui nous passe par la tête, c'est l'activité physique.

J'ose vous écrire ceci en espérant vous aider dans cette grande traversée. Le mauvais temps et les immenses vagues passeront. Tout passe. Mais il faut quand même tenir sur le bateau le temps que la tempête se calme.

L'activité physique n'a que des effets bénéfiques! Pensez-y un moment! Il n'y a que de bonnes nouvelles associées à l'exercice. On a trop longtemps pensé que l'activité physique pratiquée régulièrement n'était que pour ceux et celles qui désiraient maigrir ou améliorer leur apparence. Désormais, de plus en plus de gens s'entraînent pour les bonnes raisons : être en meilleure santé globale. Le moral, l'humeur, l'énergie et la santé mentale sont directement affectés par le sport. Les études sont de plus en plus concluantes et on sait désormais à quel point bouger peut transformer notre état d'esprit.

Quand on a l'impression que la tête n'y est pas, que les batteries sont à plat, l'exercice est le meilleur moyen pour briser ce cycle. En plus de vous procurer une sensation de bien-être mental grâce à la sécrétion d'endorphines, le fait de bouger vous permettra de délier physiquement les tensions accumulées. Et si le corps se sent mieux... la tête suivra.

Lorsque votre moral est au plus bas et que vous pensez que le moment n'est vraiment pas le bon pour faire de l'exercice, ALLEZ-Y! C'EST JUSTEMENT LE MEILLEUR MOMENT!

Des effets qui se font sentir

Les endorphines ont un effet légèrement sédatif qui favorise une plus grande sensation de bien-être et de détente. D'autres techniques, comme le yoga, la méditation ou des exercices de contrôle de la respiration, sont aussi d'excellentes options.

Il ne faut pas des heures d'haltères et de sueurs chaque semaine, il ne faut pas non plus des kilomètres de routes parcourues pour que les effets se fassent sentir. Les gens qui bougent régulièrement dorment mieux, ont une mémoire plus vive, et se sentent plus détendus... En gros, les gens qui bougent traversent la tempête et les eaux

troubles dans un état plus serein. Le deuil ne sera sans doute pas plus court, mais il sera moins sévère.

L'activité physique ne fera pas de magie, mais elle vous permettra de mieux contrôler vos émotions. Elle vous aidera à faire face aux éléments stressants, tout en diminuant la colère, les frustrations et les grandes tristesses.

L'activité physique peut aussi permettre d'oublier ces soucis temporairement en nous changeant les idées et rompre le cycle des pensées négatives qui, à elles seules, alimentent l'anxiété, la dépression et les troubles émotifs.

On peut de plus en plus affirmer que l'exercice peut traiter une dépression légère à modérée tout aussi efficacement que les médicaments, et ceci, sans les effets secondaires si redoutés. En plus de diminuer les symptômes, des études ont démontré que le maintien d'un programme régulier d'exercice pourrait diminuer de beaucoup les risques de rechute d'une dépression.

Voyez l'exercice comme le médicament le plus abordable qui soit pour traiter la dépression et l'anxiété. En prime, les effets secondaires, pour une fois, sont souhaitables puisque ceux-ci seront en lien direct avec une diminution du taux de mauvais cholestérol, une régularisation de la pression sanguine, une diminution du risque de diabète de type 2, et une diminution du taux de cortisol dans le sang, pour ne nommer que ceux-là!

Josée Lavigueur

À propos de l'auteure

Figure emblématique de la santé au Québec, Josée Lavigueur est instructrice de cours en groupe depuis plus de 30 ans. Présente dans plusieurs médias et co-auteure de livres à succès, Josée a animé et conçu 35 DVD d'exercices à ce jour. Elle est également la fondatrice de la plateforme web MA ZONE FIT. joseelavigueur.com



Photo : Laurence Labat

Le Programme Héritage

UN GESTE CONCRET POUR QUE LA VIE CONTINUE

Guidé par nos valeurs, notre réseau a décidé de poser des gestes concrets afin de minimiser l'impact de nos activités sur l'environnement.

- Achats locaux
- Offre de produits écoresponsables
- Plantation d'arbres par des coopératives forestières



Le programme Héritage vise aussi à planter des arbres afin de compenser les gaz à effet de serre émis par l'utilisation de nos véhicules.

Notre programme de plantation d'arbres est une alternative solidaire de compensation et captage des gaz à effet de serre, qui encourage à la fois la lutte aux changements climatiques, le reboisement et l'intercoopération.

Depuis 2009, notre réseau a contribué à la plantation de plus de 150 000 arbres.

C'est là un geste responsable pour afficher clairement notre volonté de voir la vie sépanouir.

PRÉSENT
À CHAQUE
INSTANT



LE RÉSEAU
DES COOPÉRATIVES
FUNÉRAIRES

Plus de détails sur le site web
de votre coopérative.



Un membre, une coopérative, un réseau

En devenant membre de votre coopérative funéraire, vous avez joint les quelques milliers de membres de votre région certes, mais vous avez aussi rejoint les 225 000 membres de l'une des 20 coopératives funéraires du réseau de la Fédération des coopératives funéraires du Québec.

Grâce à l'adhésion de votre coopérative à la Fédération, vous avez accès à de nombreux avantages. Il y a indéniablement d'importantes économies qui vous sont transférées via les groupements d'achats de la Fédération. Notre réseau étant le plus important acheteur de produits funéraires au Québec, nous pouvons vous offrir des prix plus que compétitifs. Et parce que nous avons une politique d'achat local, les entreprises québécoises sont favorisées.

En étant membre d'un large regroupement, votre coopérative peut, par exemple, vous offrir la revue *Profil* que vous tenez entre les mains. Plus ou moins 100 000 personnes en provenance d'une douzaine de coopératives la lisent à chaque parution.



Vous faites probablement aussi partie des 8 millions de visiteurs de nos sites web. Vous profitez de l'expertise partagée par les 700 employés du réseau. Des formations adaptées aux besoins des personnes endeuillées, des outils d'accompagnement et des guides de support au deuil sont rendus possibles grâce à la force du regroupement.

Des actions qui en disent long sur nos valeurs fondamentales

En devenant membre d'une coopérative affiliée à la Fédération, vous profitez de l'entente de réciprocité qui permet le transfert de votre arrangement préalable dans toutes les coopératives membres de la province.

Vous profitez aussi du programme *Solidarité* qui offre des funérailles sans frais aux parents qui vivent la souffrance

de perdre un enfant. C'est ensemble que les coopératives membres de la Fédération ont pris l'engagement de vous supporter si une telle épreuve vous accablait.

C'est aussi ensemble que les coopératives ont décidé de réduire leur empreinte environnementale par la plantation de 20 000 arbres annuellement pour compenser les gaz à effet de serre de nos flottes de véhicules. La moitié de ces 20 000 arbres sont plantés au Québec par une coopérative de travailleurs forestiers, et l'autre moitié au Guatemala, par des hommes et des femmes membres d'une coopérative de reboisement.

Plus qu'une simple adhésion

Comme vous le voyez, la solidarité que vous avez exprimée en devenant membre de votre coopérative funéraire va bien au-delà de votre simple adhésion.

Au-delà des 20 coopératives du Québec, la Fédération regroupe 13 coopératives implantées dans 4 provinces canadiennes, un État américain, la capitale du Pérou et la région de la Bretagne en France. Ensemble, ces 33 coopératives n'ont qu'un seul but : éliminer « l'exploitation du chagrin » en offrant un support professionnel, des biens et services de qualité, à moindre coût au plus grand nombre de personnes.

La force du réseau des coopératives funéraires transparaît dans chaque échange que vous avez avec votre coopérative. Dans chaque publication, chaque visite sur le site web, chaque interaction avec un employé et chaque achat de biens et services, vous pouvez être assuré de la contribution commune des coopératives funéraires membres de la Fédération des coopératives funéraires du Québec et rassuré par le professionnalisme de tous, ainsi que le souci de répondre à vos réels besoins.

Comme l'adage le dit « C'est ensemble que l'on peut aller le plus loin ».



Alain Leclerc, directeur général
Fédération des coopératives funéraires
du Québec

Des experts dédiés à votre univers

Chez Gestion privée,
vous bénéficiez d'un
accompagnement personnalisé
selon votre situation.

gestionpriveedesjardins.com

Desjardins Gestion de patrimoine Gestion privée est un nom commercial utilisé par Gestion Placements Desjardins inc. et Fiducie Desjardins inc. Les services de gestion discrétionnaire de portefeuille sont offerts par Gestion Placements Desjardins inc., inscrite à titre de gestionnaire de portefeuille et gestionnaire de fonds d'investissement.



Les coopératives : Une solution à portée de main!

Au Québec, comme ailleurs dans le monde, la pandémie aura un impact désastreux sur l'économie. Déjà, les affiches *À louer* et les commerces vacants et placardés se multiplient le long du parcours lorsque vous prenez votre marche de santé. Et si le modèle coopératif était la solution pour sauver nos commerces et nos services, et se les approprier?

Au moment de choisir votre milieu de vie, auriez-vous loué ou acheté votre résidence si vous aviez su qu'il n'y avait pas d'épicerie, de restaurant et de services à proximité?

Et si, au Québec, nous nous inspirions des succès de plusieurs petites municipalités québécoises pour conserver les épiceries, quincailleries et certains services de proximité? C'est le modèle coopératif qui a permis d'amasser les fonds nécessaires pour racheter ces entreprises dans diverses régions de la province.

Au cours des derniers mois, nous avons pu constater les limites du système actuel. La pandémie a clairement mis en évidence l'impuissance des consommateurs, des entrepreneurs et même des gouvernements. Bien souvent, ces services de proximité, entreprises ou commerces reposent sur un individu. Et aujourd'hui, ces individus sont essouffés. Nous pouvons rester passifs derrière notre écran et nous insurger contre la lenteur du système, ou nous organiser et faire la différence dans notre milieu.

Une des caractéristiques de l'économie sociale, c'est que plusieurs personnes peuvent soutenir un projet en devenant copropriétaires d'une entreprise. Dans une coopérative, c'est nous, les citoyens, qui nous organisons, qui nous donnons les moyens de répondre à nos propres besoins en nous responsabilisant. Voilà la définition même de l'entrepreneuriat collectif.

Pas besoin d'un baccalauréat d'une grande école de commerce; tout le monde peut participer. Certes, cela demande un effort, celui de s'impliquer, de prendre la parole et de se responsabiliser.

Au Québec, c'est tout un monde à découvrir!

- 3 000 coopératives et mutuelles
- 8,6 millions de membres
- + de 120 000 emplois
- 369 milliards de dollars d'actifs
- 12 % de l'économie du Québec

Conseil québécois de la coopération et de la mutualité : cqcm.coop



Reprendre le pouvoir

Dans la province, pratiquement toute la population est membre d'une coopérative. On n'a qu'à penser à Desjardins, l'une des plus grandes coopératives au monde, ou encore aux quelque 3 000 coopératives et mutuelles québécoises qui œuvrent dans différents secteurs, de l'alimentation jusqu'à l'habitation, en passant par la santé, les services à domicile. Sans oublier les 225 000 membres du réseau des coopératives funéraires du Québec.

Le modèle coopératif en est un d'avenir. Il permet de répondre aux besoins d'aujourd'hui et de demain, mais aussi de conférer une pérennité aux entreprises.

Et si le modèle coopératif était la solution pour sauver nos commerces et nos services?

Dans le contexte actuel, il pourrait aussi assurer la survie et même la renaissance de bon nombre de compagnies en difficulté. En effet, la structure d'affaires traditionnelle est essentiellement basée sur le rendement et les bénéfices. Il n'en va pas de même pour une coopérative qui, elle, vise à répondre aux besoins de ses membres dans l'intérêt collectif, et non pas à générer des excédents. D'ailleurs, des études du ministère de l'Innovation ont maintes fois démontré que le taux de survie d'une coopérative est deux fois plus élevé que celui d'une entreprise traditionnelle.

Et si, en 2021, vous décidiez de vous impliquer et de partager vos idées dans votre coopérative funéraire?



Caroline Cloutier, thanatologue, MBA
Directrice marketing communications
Coopérative funéraire
du Grand Montréal

CHAPELLE ARDENTE

NOTE

Contrairement à un salon funéraire où le cercueil contenant la dépouille est souvent placé près d'un mur, la dépouille exposée en chapelle ardente est généralement placée en plein centre de la pièce, permettant aux visiteurs de circuler des deux côtés du cercueil. Les modèles de cercueils utilisés sont munis d'un couvercle qui peut être retiré complètement pour que le défunt ne soit pas caché d'un côté par le couvercle ouvert. On fait souvent référence à ce modèle comme un cercueil de prêtre.

SYNONYME

chapelle mortuaire.

À ne pas confondre avec l'expression chambre ardente qui désigne un tribunal inquisitoire français du 16^e siècle, chargé de juger les crimes contre l'État.

MOTS APPARENTÉS

catafalque, funérarium, salon funéraire, exposition, condoléances.

La chapelle ardente fait référence à un lieu, généralement dans un bâtiment public, où la dépouille d'un notable est exposée au public en attendant la célébration de ses funérailles. L'origine exacte de l'expression est nébuleuse et serait apparue au 15^e siècle, mais semble naturellement dérivée de l'utilisation d'une chapelle comme lieu d'exposition. Son caractère ardent serait attribuable aux nombreux cierges et chandelles utilisés pour éclairer les lieux (l'expression équivalente en anglais est *burning chapel*).

Les pratiques funéraires d'antan préconisaient l'exposition de la personne décédée à domicile. Lors du décès d'un prêtre ou d'une personnalité publique, l'église s'imposait alors comme un choix logique, notamment pour permettre à un grand nombre de visiteurs de venir se recueillir près du défunt. À travers l'histoire, d'autres lieux ont été utilisés à titre de chapelle ardente, qu'il s'agisse d'une mairie, un parlement, un musée ou même un amphithéâtre, et le cercueil est généralement placé sur un catafalque.

Par extension, un salon d'exposition dans une entreprise de services funéraires pourrait être considéré comme une chapelle ardente moderne.

David Emond, directeur général
Coopérative funéraire des Deux Rives

Un réseau *en mouvement*

Parlons funéraire

Chaque secteur d'activité possède son propre vocabulaire, et le domaine funéraire ne fait pas exception. Dans la volonté de démystifier les activités et rituels funéraires, la Fédération des coopératives funéraires rend disponible un petit recueil qui regroupe les chroniques *Parlons funéraire* parues dans la revue *Profil* depuis 2012. Pour agrémente la consultation, l'auteur, David Emond, directeur général de la Coopérative funéraire des Deux Rives et thanatologue de formation, a eu l'idée d'ajouter des notes historiques ou linguistiques à chaque mot qu'il décrit. Le recueil est disponible sur le centre de documentation du site web de votre coopérative funéraire ou à fcfq.coop/centre-documentation. Bonne lecture!



Guide pour les personnes endeuillées en période de pandémie

Réalisé par l'équipe des Formations Monbourquette sur le deuil, ce guide a pour objectif de réduire les conséquences négatives de la pandémie sur les personnes endeuillées et à soutenir leur résilience. Il se veut un outil de référence et de réflexion.

Pour le consulter : praxis.umontreal.ca/catalogue-de-formations/deuil

Nouvelle acquisition dans le réseau

La Coopérative funéraire Brunet a conclu une importante transaction en février dernier avec l'acquisition du Funérarium Achille Ouellette. Fondée en 1939, cette entreprise est établie à Mont-Laurier et possède également un point de service à Ferme-Neuve, la Résidence Laurier Bissonnette.

Ces deux nouveaux points de service s'ajoutent à ceux que possède déjà la Coopérative à Mont-Laurier, Maniwaki et Rivière-Rouge.



Funérarium Achille Ouellette

Cette acquisition constitue la 33^e réalisée par le mouvement des coopératives funéraires depuis 1997, ce qui a permis d'accélérer le développement du réseau.

À l'heure où la relève constitue un défi pour bon nombre d'entreprises québécoises, notre mouvement peut afficher sa fierté d'avoir participé pleinement à la relève d'entreprises privées par le modèle coopératif avec des investissements avoisinant les 40 millions \$.



Résidence Laurier Bissonnette

10 coopératives funéraires Écoresponsables... bientôt 11!

L'ensemble des coopératives de notre réseau participe au Programme *Héritage* qui vise à compenser les gaz à effet de serre et minimiser l'impact de leurs activités sur l'environnement. Ainsi, depuis 2009, nous avons contribué à la plantation de 159 432 arbres, dont la moitié sont plantés au Québec et l'autre au Guatemala.

S'ajoutant à cette initiative, une dizaine de coopératives ont reçu en 2020 la certification Écoresponsable du Programme *Héritage*. Pour afficher cette mention, les coopératives doivent, entre autres, adopter une politique de développement durable, proposer des produits écoresponsables et réduire leur consommation de papier, d'électricité et/ou d'eau. En fait, chaque geste qui vise à protéger l'environnement est encouragé, parce qu'au-delà de la mort... il y a la vie!

Toutes nos félicitations aux coopératives certifiées!

- Alliance funéraire du Royaume
- Coopérative funéraire Brunet
- Coopérative funéraire de l'Estrie
- Coopérative funéraire de l'Outaouais
- Coopérative funéraire des Deux Rives
- Coopérative funéraire des Eaux vives
- Coopérative funéraire du Grand Montréal
- Coopérative funéraire Haute-Côte-Nord/Manicouagan
- Coopérative funéraire de Saint-Hyacinthe
- Coopérative funéraire Saint-Jean-de-Matha
- Centre funéraire coopératif du Granit (certification prévue en 2021).

Épilogue



Illustration : Ultra Nan

Traces de toi

Le vent d'hier qui s'est levé et qui sur ta vie a soufflé
Pour t'envoyer jusqu'à trépas si loin de moi

Ce vent du Nord au cœur glacé forgé d'insensibilité
Tel un voleur s'est emparé de ton odeur

Il ne sait rien du désarroi du bruit des pas qui ne sont plus là
Le vent pressé de s'en aller n'écoute pas

Mais puisque le vent est passé, je marche en moi pour retrouver
Traces de toi bien protégées pour m'envelopper

Traces de toi pour m'inspirer... à continuer

Maryse Dubé

Vous **déménagez** ?
Contactez
votre coopérative !

Assurez-vous de continuer à recevoir votre revue et toute l'information provenant de votre coopérative en contactant votre coopérative. Vous pouvez le faire en téléphonant ou en écrivant à votre coopérative funéraire ou en vous rendant sur le site **fcfq.coop/adresse**. N'oubliez pas d'indiquer aussi votre ancienne adresse, car il peut y avoir sur nos listes plus d'une personne qui portent le même nom.

Centre funéraire coopératif du Granit :
cfgranit.qc.ca — 819 583-2919

Coopérative funéraire des Deux Rives :
coopfuneraire2rives.com — 418 688-2411

Coopérative funéraire de l'Estrie :
coopfuneraireestrie.com — 819 565-7646

Coopérative funéraire de l'Outaouais :
cfo.coop — 819 568-2425

Coopérative funéraire du Grand Montréal :
cfgrandmontreal.com — 1 877 677-2230



PROFIL

Profil est publié deux fois l'an par la :
Fédération des coopératives funéraires du Québec
548, rue Dufferin
Sherbrooke (Québec) J1H 4N1

Téléphone : 819 566-6303

Télécopieur : 819 829-1593

Courriel : info@fcfq.coop

Site Internet : www.fcfq.coop

La rédaction de *Profil* laisse aux auteures et auteurs l'entière responsabilité de leurs opinions. Toute demande de reproduction doit être adressée à la Fédération des coopératives funéraires du Québec.

Direction : Alain Leclerc

Rédaction et coordination :
Maryse Dubé et France Denis

Conception graphique et mise en pages :
Point-virgule

Tirage : 90 605 exemplaires

Dépôt légal : 1^{er} trimestre 2021
Bibliothèque nationale du Québec
ISSN 1205-9269
Poste-publication, convention no 40034460

Coopératives funéraires participantes :

Alliance funéraire du Royaume
Centre funéraire coopératif du Granit
Coopérative funéraire Brunet
Coopérative funéraire de l'Abitibi
Coopérative funéraire de l'Estrie
Coopérative funéraire de l'Outaouais
Coopérative funéraire de la région de Coaticook
Coopérative funéraire des Deux Rives
Coopérative funéraire des Eaux vives
Coopérative funéraire du Bas-Saint-Laurent
Coopérative funéraire du Grand Montréal
Coopérative funéraire Haute-Côte-Nord-Manicouagan
Résidence funéraire Maska

UN SERVICE ... COOPÉRATIF!



SERVICE À LA PERSONNE



Au Québec, les services à la personne sont représentés par près de 200 coopératives de santé, d'aide à domicile, de coopératives funéraires et de coopératives de paramédics.

En encourageant les coopératives et les mutuelles du Québec, nous enrichissons nos collectivités!

Découvrez d'autres initiatives coopératives et mutualistes sur
www.effet.coop

PRÉSENT À CHAQUE INSTANT



Professionnalisme - Intégrité - Accompagnement

« C'est quand on se sent le plus seul
qu'on apprécie être bien entouré. »

Le dépôt de volonté n'est pas un contrat payable à l'avance comme les préarrangements funéraires mais bien un écrit attestant vos volontés concernant la planification de vos funérailles. Il a pour but d'informer vos proches des décisions à prendre lors de votre décès

Ce service vous est offert gratuitement.

**Nos services sont offerts aux familles membres
et non-membres**



Manon Grenier
directrice générale

Daniel Couture
conseiller

Rachel Couture
conseillère

Présent dans votre municipalité depuis 1993

Audet, Chartierville, Frontenac, La Patrie, Lac-Drolet, Lac-Mégantic, Lambton, Marston, Milan, Nantes, Notre-Dame-des-Bois, Piopolis, Saint-Ludger, Saint-Robert, Saint-Romain, Saint-Sébastien, Sainte-Cécile, Sainte-Marguerite-de-Lingwick, Scotstown, Stornoway, Stratford, Val Racine et Woburn



**CENTRE
FUNÉRAIRE
DU GRANIT**
MOUVEMENT COOPÉRATIF

Siège social
3844, rue du Québec-Central
Lac-Mégantic, Qc
G6B 2C6

Service 24 h/7 jours
819 583-2919
1 800 667-2919
cfgranit.qc.ca