

AFPAD EXPRESS

ASSOCIATION DES FAMILLES DE PERSONNES ASSASSINÉES OU DISPARUES

ISSN 2369-9590 (Imprimé)

ISSN 2369-9582 (En ligne)

DÉC. 2020

La disparition d'un proche...
UN CAUCHEMAR
interminable



Association des
Familles de
Personnes
Assassinées ou
Disparues



réseau
enfants-retour
Gardez l'espoir en vie

#trouvezmoisvp

Remerciements

TOURNAGE DE LA BANDE-ANNONCE

Merci à **Andrée, Caroline, Liliane, Manon et Sikon** qui ont accepté de participer au tournage de cette courte introduction poignante.

Merci à Manuel et Annie des Productions de l'Autre Côté pour la mise en oeuvre de notre vision et de leur appui à chacune des étapes de ce projet.

Dans le cadre de la Semaine des victimes et survivants d'actes criminels, l'Association des familles de personnes assassinées ou disparues (AFPAD), le Réseau Enfants-Retour et Meurtres et disparitions irrésolus du Québec (MDIQ) soulignent le courage et la résilience des familles qui vivent un cauchemar interminable à la suite de la disparition d'un proche par le lancement d'une capsule crève-cœur : https://youtu.be/Rfn27ZX_tPo

Grâce à une subvention de Justice Canada, nous sommes à réaliser des capsules vidéos qui serviront d'outils pour les familles affligées par un drame de disparition et pour les intervenants qui les soutiennent. Les tournages sont en cours et nous sommes fiers de dévoiler dès maintenant une bande-annonce pour mettre en lumière les défis dont les familles font face quotidiennement. Nous regrouperons dorénavant les affiches et les photos des disparus sous #trouvezmoisvp afin de rassembler les cas non résolus d'enfants et d'adultes disparus.

CAPSULES VIDÉOS EN DÉVELOPPEMENT

Les familles de Marilyn Bergeron, Mélissa Blais, Yohanna Cyr, David Fortin, Mélina Martin, Sébastien Métivier, et Pinaskin Ottawa ont généreusement accepté de participer à notre projet en témoignant de leur expérience. De plus, nous sommes reconnaissants de la participation d'experts tels que Dre Pascale Brillon, psychologue, Jean-François Guérin, journaliste, et Yves Malo, retraité du SPVM, qui partageront des conseils sous les thèmes suivants :

- L'annonce de la disparition
- L'impact sur la santé physique et mentale des proches
- Traverser les mêmes dates année après année
- Vivre avec la disparition et garder l'espoir

Regardez la vidéo

https://youtu.be/Rfn27ZX_tPo

<http://afpad.ca>

Siège social de l'AFPAD

1686, boul. des Laurentides, bur. 203
Laval (Québec) H7M 2P4

Sans frais siège social : 1 877 484-0404

Sans frais Québec : 1 855 770-0404

Courriel : administration@afpad.ca



Association des
Familles de
Personnes
Assassinées ou
Disparues

Appui à un amendement législatif au fédéral

Me Nancy Roy, directrice générale de l'AFPAD m'informe que votre cabinet souhaite soumettre un amendement au projet de loi pour faire en sorte que les criminels dangereux ne puissent pas multiplier les demandes de libération.

C'est un sujet auquel j'attache la plus haute importance et je voudrais par ce courrier vous apporter mon témoignage.

Je suis le mère de Maurice Marcil, victime de deux criminels le 3 juillet 1979, sur le pont Jacques Cartier à Montréal. Cela peut sembler un événement lointain, mais, pour moi, le temps s'est figé cette nuit du 3 au 4 juillet 1979.

Le procès s'est déroulé à la fin de l'année 1979 et j'y ai assisté comme spectatrice. Depuis cette période, une colère m'a envahie et elle ne me quitte plus. Les victimes ont été pratiquement absentes alors qu'elles auraient dû avoir une place importante.

Que les criminels soient au centre des débats est bien normal mais n'oublions pas les victimes.

Pendant plus de vingt ans, je me suis murée dans le silence, j'ai gardé ma douleur au fond de moi. Je ne pouvais pas évoquer ces crimes. Toute manifestation de groupes sur la voie publique me faisait fondre en larmes, il m'était impossible de prendre un bébé dans les bras. Ce sont là quelques manifestations de ma souffrance.

Puis au début des années 2000, les criminels ont eu droit aux demandes de libération conditionnelle. J'ai alors rédigé des lettres pour expliquer mon point de vue et pour que l'on n'oublie pas Maurice.

Mais le coût à payer a été extrêmement lourd pour moi et pour mon environnement.

Il a fallu faire remonter en surface une douleur que les années avaient quelque peu enfouie au fond de moi. C'était, à chaque fois, comme si on ouvrait une plaie qui avait eu tant de mal à cicatriser.

Les criminels avaient, comme ils le clament, payé leur dette à la société et ils ne concevaient pas de mourir en prison. Moi, ils m'ont condamné à une vraie perpétuité et je ne comprends pas qu'ils puissent oser penser qu'ils sont quittes face à la justice.

Ils ont tué et c'est irréparable.

J'ai assisté aux audiences et j'ai lu mes lettres devant la commission qui s'est toujours montrée bienveillante à mon égard et par surcroît devant le criminel. Pouvez-vous imaginer la souffrance que j'endurais à chaque fois ?

Les criminels ne semblent pas comprendre pourquoi ils sont maintenus en prison. Ils n'ont pas pris la mesure de la gravité de leurs actes. Ils ont assassiné deux adolescents qui ne demandaient qu'à vivre, ils ont aussi atteint les membres des familles de ces victimes qui sont contraints de vivre avec cette douleur permanente. Je vis depuis ce jour avec un handicap qui ne se voit pas mais qui est très lourd.

Je ne conteste pas que les criminels aient quelques droits, mais je trouve insensé que les victimes soient en dehors de tout le processus judiciaire.

À quelques jours de l'audience, les criminels pouvaient repousser la date et nous devions subir ces changements. C'était à nous de nous ajuster.

Nous ne demandons pas l'impossible mais un minimum de considération. Ma présence aux audiences a pour but de montrer que Maurice a été une être humain et non une abstraction. Il est indissociable des criminels.

Je voudrais terminer en affirmant que je n'ai aucun sentiment de vengeance.

Madeline Hébert

Mère de Maurice Marcil assassiné en 1979
Texte rédigé le 29 septembre 2020 et remis
au bureau de Pierre-Hugues Boisvenu pour
présenter au Sénat du Canada dans le cadre
d'un amendement à un projet de loi

Retour sur des activités

d'automne

Cafés-rencontres virtuels

N'étant pas en mesure de proposer notre activité « déjeuner-causerie » dans les zones rouges au cours de l'automne, une quinzaine de cafés-rencontres en ligne ont été organisés par notre coordonnatrice des services aux membres des régions de l'Est-du-Québec afin de briser l'isolement de nos membres. Ces rencontres composées de 5 à 10 participants permettent aux familles d'échanger librement sur leur drame et s'offrir un soutien mutuel. Une rencontre spéciale entre hommes a également été organisée le 19 novembre dernier : animée par Marcel Bolduc, cette soirée a permis à une dizaine d'hommes d'échanger et cette expérience sera à répéter!

Ateliers avec des étudiantes en criminologie

Nous sommes fiers de soutenir des projets étudiants qui permettront à de jeunes diplômés de devenir de meilleurs intervenants sensibilisés aux impacts de drames d'homicide et de disparition sur les proches de victimes. C'est pourquoi nous avons proposé deux ateliers à la fin de l'automne animés par de jeunes femmes dynamiques et sensibles aux réalités vécues par nos familles membres. Le 26 novembre, Marianne Moisan a animé un atelier sur le sentiment d'impuissance à la suite d'une disparition (10 participants) et le 3 décembre, Alexandra Gilbert présentait un atelier sur les relations familiales et amicales après un meurtre (16 participants). Nous les remercions de leur belle collaboration!

Traverser une séparation

Une dizaine de membres se sont inscrits à un atelier animé par Me Sharon Otis le 5 décembre 2020 pour mieux comprendre les enjeux lors d'une séparation : les droits des ex-conjoints dans le cadre de la Loi sur le divorce, la séparation des biens faisant partie du Patrimoine familial, les droits des conjoints de fait suite à une séparation, la garde des enfants des parties ainsi que la pension alimentaire. Vous pouvez écouter les chroniques de Me Otis à QUB radio chaque semaine à l'émission juridique « Avocats à la barre » pour une variété de conseils en droit familial, protection de la jeunesse et toute matière civile.

Art-thérapie et tristesse

C'est le thème de la tristesse que nous avons exploré lors de notre dernier atelier d'art-thérapie du 15 octobre 2020 avec Mia Hébert, art-thérapeute et cofondatrice du Centre Canevas. Cette activité virtuelle s'est déroulée auprès de 6 membres qui ont eu l'occasion de s'exprimer et de partager sur le thème de la tristesse en lien avec leur proche. « L'art-thérapie est une méthode thérapeutique qui permet l'expression de soi par l'utilisation des arts visuels tels que le dessin, la peinture, la sculpture et le collage. L'action de créer favorise le bien-être émotionnel, physique et psychologique. » - Centre Canevas



La perte d'un être cher est une épreuve de vie difficile à tout moment, encore plus quand vient le temps des fêtes. Il y a tous les préparatifs et toutes les traditions qui vous rappellent doulousement l'absence de l'être cher. Si vous éprouvez une vive appréhension, vous avez toutes les raisons du monde, car c'est une période de l'année qui peut devenir un énorme déclencheur, où le chagrin est à son comble.

Que ce soit votre premier Noël ou que vous en ayez vécu plusieurs depuis le décès, vous avez le DROIT de vous sentir plus vulnérable.

Je vous offre quelques idées afin de vous aider à faire face aux sentiments de solitude et d'isolement, s'ils sont présents. Vous avez besoin de douceur, besoin de prendre soin de vous avec tendresse et bienveillance. Prenez du temps pour vous arrêter, vous détendre, vous déposer plus calmement, car le deuil demande une certaine lenteur. Cela peut vous sembler très simpliste comme consigne, mais c'est tellement important!

La pratique d'une « bienveillance personnelle » comme outil d'apaisement.

Chaque jour pendant la période des fêtes, je vous invite à prendre le temps de vous poser cette question : « **Qu'est-ce que je peux faire aujourd'hui pour me faire du bien?** ». C'est une question indispensable, car elle implique l'écoute de vos besoins suivie d'une micro-action concrète pour les satisfaire. Ne soyez pas surpris si vos besoins changent d'un jour à l'autre, même d'un moment de la journée à l'autre. Mettre en place cette pratique vous permettra de conserver vos forces pour traverser cette période de l'année avec plus de douceur.

Voici 7 astuces pour vous guider dans votre pratique de « bienveillance personnelle » pendant le temps des fêtes.

1. Vivre un deuil pendant la période des fêtes accentue les sentiments de solitude et d'isolement. Il est important d'en parler ouvertement, car le facteur principal qui exacerbe la charge émotive est justement l'isolement. La situation actuelle de pandémie nous limitera dans les rencontres de famille, ce qui vient alourdir le processus de deuil. Faites preuve de créativité. Trouver des moyens pour nourrir votre besoin de reliance et de chaleur humaine.

2. Écrivez vos sentiments, au jour le jour, dans un journal intime afin d'extérioriser ce que vous vivez et nourrir votre besoin de vous exprimer. Si vous avez des personnes de confiance, demandez-leurs d'être votre pilier de soutien, dites-leurs que vous avez davantage besoin de leur écoute pendant cette période. Osez nommer vos besoins, car vos proches ne peuvent pas les deviner! Prendre soin de votre besoin d'exister est essentiel pour éviter que la charge émotionnelle s'intensifie.
3. Respirez profondément. Un moyen rapide de se calmer lors d'une vague d'émotion est de respirer lentement en faisant travailler votre diaphragme. Sortez et prenez de l'air. Respirer de l'air frais peut aider à changer vos perspectives et à vous revigorer.
4. Écoutez de la musique, des chansons qui vous revigorent, bougez, dansez. C'est important de créer des moments de légèreté pendant le temps des fêtes. Vous avez le droit d'être triste et de pleurer, mais vous avez aussi le droit de vivre des moments plus joyeux. L'humour est important, car il crée un équilibre émotionnel et vous offre un instant de répit.
5. Assurez-vous de disposer de moments de détente et de douce attention pour nourrir votre besoin de vous dorloter. Prenez une tasse de thé ou de tisane. La camomille aide à apaiser les hormones du stress. Acceptez que l'on vous aide avec certaines tâches. Allumez des chandelles, si cela vous fait du bien. Préparez votre plat préféré pour vous offrir ce réconfort. Faites un feu de foyer ou faites vous couler un bon bain moussant.
6. Étirez-vous. Relâchez vos muscles et libérez une partie de la tension qui s'est accumulée dans votre corps toute la journée. Votre corps physique encaisse beaucoup de votre souffrance, ce qui crée des tensions et des douleurs. Prenez soin de votre dimension physique en bougeant, mais aussi avec un massage, un bain moussant, du yoga, etc.
7. Tâchez d'entretenir le plus possible une routine dans votre journée, car lorsqu'on vit un deuil, la routine sécurise. Si par ailleurs, vous vous trouvez incapable de faire un minimum d'efforts, soyez indulgent envers vous-même, vous avez aussi le droit à une journée pyjama sur le sofa.

Offrez-vous des moments de douceur, sans jugement ni culpabilité. S'accorder une micro-action de « bienveillance personnelle » TOUS les jours pendant la période des fêtes est aussi savoir s'accorder de l'amour. Soyez assuré que le deuil se transforme plus aisément lorsqu'on prend soin de soi, c'est l'ingrédient clé du processus d'apaisement.

Afin de garder espoir et de continuer à nourrir votre pulsion de vie à travers votre épreuve, je vous invite à suivre l'atelier web gratuit « Noël en Deuil ». Installez-vous confortablement et laissez-vous guider à travers une expérience riche et humaine de 90 minutes, qui vous offre 7 outils pour vous aider à traverser le temps des fêtes avec plus de douceur basée sur vos besoins. Vous avez aussi un cahier du participant qui vous offre des réflexions très intéressantes pour vous aider dans votre cheminement.

Suivez ce lien pour visionner l'atelier gratuitement : <https://reflexionsducoeur.mykajabi.com/pl/247854>



Anouk Leblanc

Cofondatrice de Réflexions du Cœur
Thérapeute spécialisée
en accompagnement du deuil
514 249-2512
info@reflexionsducoeur.com

Une fin d'année qui s'achève sur une lueur d'espoir... mais attention, certaines victimes sont oubliées

Pour ce dernier bulletin, nous trouvons important de terminer l'année sur une bonne note et c'est d'autant plus encourageant puisque le nouveau Projet de loi no 84 a été déposé début décembre 2020. Bien que le projet soit le bienvenu, il y a place à amélioration.

Effectivement, l'année 2020 aura été pour tous une année difficile. La pandémie de la COVID aura suscité nos médias et nos élus politiques tous les jours afin de surmonter cette épreuve qui est pour le moins extraordinaire. Malgré tout le temps que cette situation a pu demander à nos élus, la persévérance de l'AFPAD et de malheureux événements ont forcé le gouvernement à se pencher sur la modification de la loi de l'IVAC et beaucoup plus tôt que prévu!

Ce temps est maintenant arrivé par le dépôt du projet de loi no 84 : Loi visant à aider les personnes victimes d'infractions criminelles et à favoriser leur rétablissement. Ce projet répond à trois problèmes majeurs : le délai de réclamation pour les victimes de violences sexuelles, de violence subie pendant l'enfance et de violence conjugale et l'abolition de limite des infractions admissibles imposées par la Loi. De plus, la réforme de la Loi inclura les meurtres commis à l'extérieur du Québec. Ainsi les proches des victimes pourront avoir du support afin de traverser cette épreuve. De plus, les parents d'enfants assassinés par une autre personne que le père ou la mère pourront obtenir plus d'aide. Il semble donc que le débat sur les statuts des victimes et de proches est près d'une solution.

Mais qu'en est-il des victimes en soi? Celles qui doivent vivre avec les séquelles et les difficultés des actes commis! Est-ce que ce nouveau projet de Loi les aide vraiment? Au départ, ce projet vient abroger la Loi sur l'indemnisation des victimes d'actes criminels, ce qui est une victoire en soi : bon débarras! Mais est-ce que la nouvelle loi indemnise mieux? Pas certaine. Ce projet reprend des notions que nous retrouvons dans la Loi sur l'assurance automobile et la Loi sur les

accidents de travail et de maladie professionnelle quant aux délais de contestations et quant à la base salariale à retenir, mais elle n'aide pas plus les gens qui sont sans emplois!

On a bien beau abolir les délais pour faire des réclamations pour les victimes de violence conjugale et l'abus pendant l'enfance, mais on ne tient pas compte dans ce projet du fait que des victimes de bas âge ou des victimes perpétuelles n'ont jamais de vrais emplois rémunérateurs. Je pense à ma cliente qui a été abusée toute sa jeunesse par un membre de sa famille. Nul besoin de vous dire qu'elle n'a jamais vraiment pu finir de vraies études ou intégrer réellement le marché du travail. Cette personne n'a pas d'emploi, n'a pas d'emploi promis ou n'en a pas exercé dans les 12 mois précédents. Alors elle sera indemnisée sur quelle base? Malgré une lecture et une relecture, nous ne trouvons rien en ce sens. Donc, soyez assuré que c'est un point qui doit absolument être abordé. Ces jeunes ou femmes vivront de quoi? Certainement pas d'amour et d'eau fraîche. Silence au Chapitre 3 sur ce point. Un simple oubli?

Pour conclure, nous trouvons important de reproduire l'article 3 du projet de loi : « Une personne victime doit être traitée avec compassion, courtoisie, équité et compréhension et dans le respect de sa dignité et de sa vie privée. Elle a le droit d'être accompagnée et soutenue ». En espérant que ce n'est pas juste un vœu pieux du temps des fêtes!

Me Sophie Mongeon

Avocate spécialisée dans la défense
des victimes d'accidents du travail,
de la route et d'actes criminels

Mélanie Patenaude

Coordonnatrice aux communications

**DESROCHES
MONGEON**
AVOCATS

**GAGNER VOS
BATAILLES,**
ON Y TRAVAILLE.

514 596-1110 • 1-855-MAÎTRES

4350, rue Beaubien Est,

Montréal QC, H1T 1S9

☎ 514 596-1532

desrochesmongeonavocats.com

IMPLICATION BÉNÉVOLE

Programme de reconnaissance 2020 de l'AFPAD



Rose-Anna Niquay

Rose-Anna Niquay est devenue membre de l'AFPAD en 2011, quatre mois après la disparition de son fils Pinaskin Ottawa le 11 octobre 2010. Depuis ce temps, elle s'est beaucoup impliquée au sein de notre organisation.

Rose-Anna agit à titre d'administratrice et responsable des dossiers autochtones au sein du conseil d'administration de l'AFPAD depuis 2013 où elle partage son point de vue sur les besoins des communautés autochtones et s'implique activement et généreusement dans les collectes de fonds annuelles.

Que ce soit en raison d'un homicide ou d'une disparition, Rose-Anna nous guide quant à la culture Atikamekw et apporte assurément du soutien à ces proches de victimes. Avec le soutien de l'AFPAD, elle a contribué à faire rouvrir un dossier où cinq personnes de la communauté de Manawan sont décédées dans des circonstances nébuleuses en 1977 afin d'obtenir justice pour les familles des victimes. Grâce à sa détermination, elle a établi des liens de confiance avec les organismes de la communauté Atikamekw et les partenaires de la société civile.

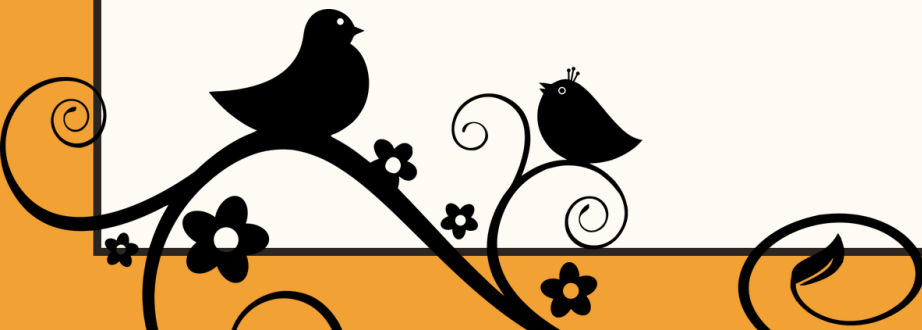
Rose-Anna a toujours été présente auprès de sa communauté afin de nous sensibiliser sur certaines problématiques et situations qui méritent d'être mises en lumière. Voilà pourquoi depuis le début de l'année, elle coordonne le projet Atikamekw Natamakewin qui vise à offrir des services de soutien adaptés aux familles Atikamekw vivant un drame d'homicide ou de disparition.

Merci Rose-Anna de ton implication bénévole, ta présence est inspirante, car tu fais rayonner la culture des communautés Atikamekw tout en nous sensibilisant sur la grande sagesse qui vous habite et sur laquelle nous pouvons prendre exemple.

L'équipe permanente et le conseil d'administration, ainsi que tous les membres de l'AFPAD



Association des
Familles de
Personnes
Assassinées ou
Disparues



Remerciements

Merci!

Campagne Mardi je donne

Pour la campagne nationale 2020 « Mardi je donne » qui a eu lieu le 1er décembre dernier, nous avons sollicité l'aide de nos membres pour présenter sur une courte vidéo l'approche de l'AFPAD quant au soutien offert aux familles vivant avec les conséquences du meurtre de leur proche. Nous remercions grandement Marie-France Bélisle, Benoit Théberge, Annie St-Onge et Christine Carretta de leurs généreux témoignages qui mettent en contexte leurs situations et leurs combats.

Un merci spécial à Maximilien Désilets, étudiant en secondaire V, qui a offert son temps bénévolement pour le montage des capsules vidéo. Merci également aux nombreuses personnes qui ont partagé la vidéo principale afin de solliciter des dons qui ont été dirigés vers les activités de soutien et l'accompagnement des membres. Pour écouter les témoignages, rendez-vous sur la page suivante :

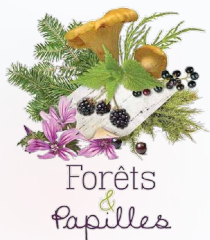
<http://afpad.ca/campagne-2020-en-images-mardijedonneca>



Merci!

Campagne Cadeaux des fêtes

Grâce à la générosité et la collaboration des propriétaires d'Alchemilla Bio et de Forêts et Papilles, deux entreprises des Laurentides, nous avons mis sur pied une campagne de dons par l'achat de produits d'ici pour vos cadeaux des Fêtes, tout en soutenant nos familles endeuillées d'un proche assassiné ou porté disparu. Ces deux entreprises locales proposent des produits naturels, biologiques et écoresponsables.



<https://www.alchemilla.ca>
Produits corporels et maison faits à la main

<https://foretsetpapilles.com>
Produits comestibles sauvages du Québec



Témoignage de Diane Labbé

Françoise était enseignante et Jean-Denis travaillait dans la construction. En 1971, Françoise accouche d'un fils unique, Jean-François, qui mourra le 21 juin 1988 à l'âge de 17 ans au cours d'une seconde opération risquée au cœur (il souffrait de problèmes cardiaques importants depuis sa naissance). Après le décès, tous les deux se sont beaucoup engagés socialement. Également résident de Disraëli, S. a été un élève de Françoise et un compagnon de jeu de Jean-François pendant une certaine période...

Le 21 juin 1996, en début d'après-midi, S. se présente à leur domicile. Jean-Denis est seul. Françoise donne sa dernière journée d'enseignement à l'école. Après avoir frappé à la porte, S. se dissimule, Jean-Denis ouvre... S. se jette sur lui. Ils se battent jusqu'à ce que Jean-Denis perde conscience. S. le descend dans l'atelier du sous-sol, où il l'achève et l'étrangle. Il y a du sang partout... S. fait du ménage... Françoise revient vers 17h avec son épicerie. En entrant S. se jette sur elle à son tour et l'attache au sous-sol dans le lit de Jean-François (qu'ils avaient toujours gardé). Ensuite S. traîne le corps de Jean-Denis sur le plancher pour le sortir dehors par la porte du sous-sol. Il creuse un trou derrière la maison près de la fenêtre où est attachée Françoise... qui a inmanquablement tout entendu...

S. revient dans la maison, viole Françoise pendant environ 45 min. Ensuite il remplit l'auto, qui appartient à Françoise, d'objets, d'accessoires de toutes sortes... et en début de soirée il demande à Françoise de se rhabiller, de marcher jusqu'à l'auto; il la fait embarquer dans le coffre et se rend jusqu'à une carrière de la région où il la fait marcher encore jusqu'à ce qu'elle se dise fatiguée en s'assoiant sur une grosse roche. S. l'assomme par-dessus avec une grosse pierre. Elle s'effondre. Il l'étrangle et l'ensevelit sous les pierres. Ils seront méconnaissables de la ceinture à la pointe des cheveux... Jean-Denis a toutes les côtes cassées... et ne lui reste que très peu de sang dans le corps. Les policiers ont dit qu'ils avaient rarement vu des corps aussi violentés... Toujours avec l'auto de Françoise, S. va souper au restaurant... et se rend à son nouvel appartement où il emménage avec sa nouvelle blonde à St-Étienne de Lauzon près de Québec...

Ce n'est que le 26 juin que Françoise et Jean-Denis sont déclarés disparus... Pendant 8 jours interminables, nous vivons leurs disparitions. C'est lorsque S. aura utilisé une carte de crédit appartenant à Jean-Denis que la police l'arrête l'interroge et le fait avouer... Les corps sont découverts le 3 juillet. Il n'y a pas eu de procès, car il y a eu entente entre la couronne et la défense, S. ayant accepté de plaider coupable au deuxième degré.

Je suis croyante... Il y a donc un volet spirituel à mon expérience personnelle... À partir du moment où nous avons appris qu'il y avait un assassin, car on nous avait servi toutes sortes

d'hypothèses... Je demandais à mes amis croyants de prier pour la mère du meurtrier... J'avais ça dans le cœur sans savoir pourquoi... Je me disais que ça devait être épouvantable d'être la mère d'un meurtrier... pour elle, pas de compassion de la part des gens... Et cette femme était connue de plusieurs membres de ma famille...

Un soir, alors que j'écoutais la télé et enregistrais tout ce qui se disait sur cette tragique affaire, on annonce la diffusion d'une vidéo à laquelle Françoise avait participé pour faire la promotion de la ville de Disraëli... Je n'avais jamais eu l'occasion de voir cette vidéo. En la voyant parler, toute resplendissante avec sa belle douceur et son ravissant sourire, j'ai eu un grand choc... J'ai réalisé tout à coup que pendant que nous étions plongés dans leurs souffrances, eux, ne souffraient plus... mieux que ça... à mes yeux ils étaient vivants... dans mon cœur, ils étaient ressuscités! C'est à ce moment que j'ai composé mon chant...

Le 13 juillet, lors des funérailles, après la communion, un quatuor l'a chanté à capella... Ensuite le prêtre a nommé l'auteur... il a donc dit mon nom... mais en partie seulement... Il n'a pas prononcé mes deux noms de famille... À ce moment-là il s'est produit un grand remous dans l'assemblée... les gens de Disraëli qui étaient présents (et l'église était pleine) ne me connaissant pas (je demeurais à Québec), même si ça leur semblait impossible, ont pensé que le chant avait été composé par la mère du meurtrier qui porte le même nom que moi... Quel choc pour eux! Quel choc pour moi lorsque j'ai appris ça! Une de mes tantes a dû rétablir les faits par la suite... Quel événement!

J'ai deux très bons enfants et de charmants petits-enfants. À l'époque, un de mes deux enfants avait à peu près l'âge du meurtrier... Même si ça n'avait rien à voir, je me disais quand même... « je pourrais être cette mère... ». Je dois dire que j'ai compris assez intensément qu'aucun parent n'est à l'abri... Personne ne choisit d'être mère de victime ou de meurtrier... et la souffrance de l'une et de l'autre est insondable... Je n'ose imaginer la vôtre...

Cette expérience est pour moi inoubliable... Ça change beaucoup de choses par la suite... Vers le mois d'octobre 2006, ce meurtrier S. a commis un autre meurtre... en prison cette fois... Il ne pourra pas, comme on s'y attendait, faire de demande de libération conditionnelle avant un bon moment. Ça soulage les inquiétudes de bien des gens...

Diane Labbé-Dubois

Nièce de Françoise Beaulieu (52 ans) et Jean-Denis Parent (57 ans) assassinés le 21 juin 1996 à Disraëli

Chant

C'est un homme
Une dame Parent
Qui se donnent
Un enfant au printemps...

Ils le nomment
Jean-François,
évidemment
Mais son cœur d'homme
N'a pas connu le temps

Ils n'abandonnent
Jamais leur présent
Et redonnent
Leur amour aux enfants

On les nomme
Au village constamment
Ils rayonnent
Distribuent leurs talents

Vient un homme
Le cœur déjà endormi
Qui assomme
Qui étouffe leurs vies

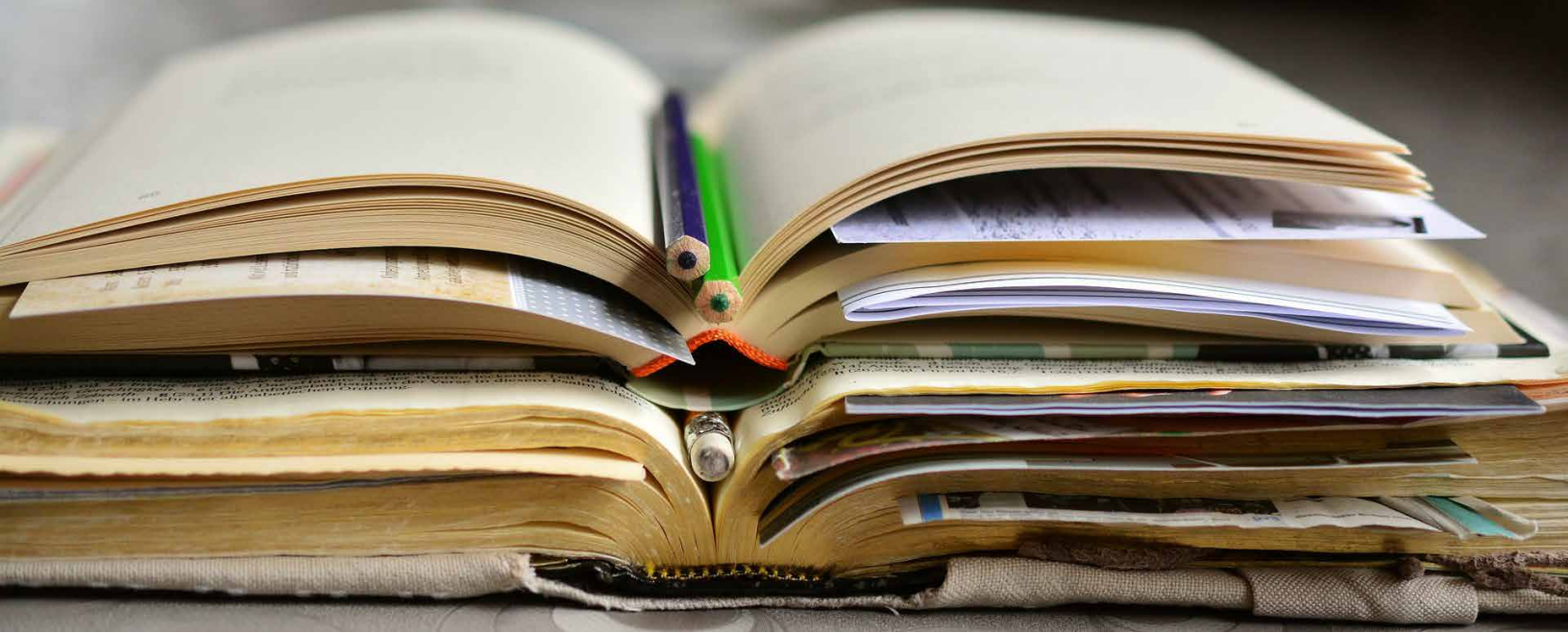
Ils s'endorment
Enterrés de sommeil
Mais personne
Ne tuera le Soleil

C'est un homme
Une femme sans pareils
Qui s'éveillent
Et rien n'est plus pareil

C'est un homme
Une dame Parent
Qui s'étonnent
De revoir un enfant

Trois personnes
Réunies en celui
Qui leur donne
Et la Paix et la Vie

C'est un homme
Une femme épanouie
Qui rayonnent
Françoise et Jean-Denis



Lectures suggérées



Vivre le deuil au jour le jour - *Christophe Fauré*

Aujourd'hui que la mort est devenue taboue, on ne porte plus le deuil après la perte d'un proche. On le vit, en silence. Or c'est un traumatisme, une blessure dont les répercussions se font sentir tout au long de la vie. À l'aide de nombreux exemples, Christophe Fauré explique, au jour le jour, le cheminement du deuil, différent selon l'identité du défunt et l'histoire de chacun. Il répond aux nombreuses questions des endeuillés : Combien de temps faut-il avant de reprendre goût à la vie? Pourra-t-on jamais vivre comme avant? Pourquoi la douleur revient-elle sans cesse? Faut-il masquer sa douleur ou la laisser s'exprimer? Les autres peuvent-ils comprendre et partager?... Ce guide psychologique dit et analyse la déchirure. Il permet de savoir à quel point ce que l'on traverse est normal et comment s'en sortir. Il constitue un accompagnement, apporte un éclaircissement et un réconfort inestimables à celles et ceux qui, confrontés à une terrible douleur, ne savent plus comment avancer.



Guide personnalisé pour le règlement ou la liquidation d'une succession - *Scripta Légal*

L'un de vos proches vient de décéder et vous ne savez comment procéder à la liquidation de sa succession? Nous pouvons vous aider.

À l'aide du présent outil et en répondant à quelques questions simples, vous connaîtrez les différentes étapes à franchir afin de mener à bien la liquidation de la succession.

Ce guide personnalisé vous permettra de planifier chaque étape devant mener à la liquidation finale de la succession.

<https://www.scriptalegal.com/GuideSuccession>

NOUS POUVONS SURVIVRE

aux pires tempêtes

Il y a quelques années, un jeune homme qui venait de perdre son ami a posté sur internet cette simple phrase : « Mon ami vient juste de mourir. Je ne sais pas quoi faire. »

Parmi les nombreux messages de soutien qu'il a reçu, un en particulier, a retenu son attention : celui d'un vieux Monsieur, qui avait perdu de nombreux êtres chers... Je vous le laisse découvrir :

« Laisse-moi te dire une chose : je suis vieux. Cela veut dire que j'ai survécu (du moins jusqu'à maintenant). Cela veut dire aussi que beaucoup de gens que j'ai connus, que j'ai aimés, ont disparu.

J'ai vu mourir des amis, des meilleurs amis, des connaissances, des collègues. J'ai vu mourir mon papa, ma maman, mes grands-parents. J'ai vu mourir l'amour de ma vie. J'ai vu mourir des proches, des professeurs, des mentors, des élèves, des voisins, et tout un tas d'autres personnes. Je n'ai pas eu d'enfants, et je n'ose même pas imaginer la douleur que cela doit être que de perdre son fils ou sa fille... Mais voici tout de même ma modeste contribution :

J'aimerais pouvoir te dire qu'on s'habitue, avec le temps, au fait que les gens meurent. Mais moi, pour ma part, je n'ai jamais su m'y faire. Et pour tout dire, je n'en ai pas envie. La vérité, c'est que cela me déchire de la façon la plus atroce quand une personne que j'aime meurt, peu importent les circonstances.

Mais je ne veux pas ne rien sentir. Je ne veux pas que ce soit juste « une chose qui passe ». Mes cicatrices, ma douleur, sont un héritage de l'amour que j'ai eu pour cette personne, de la relation que nous avons eu la chance de vivre ensemble. Et si la plaie est profonde, cela signifie que cet amour l'était aussi. Alors, qu'il en soit ainsi.

Nos cicatrices sont un héritage de nos vies. Elles attestent que nous pouvons aimer profondément, vivre profondément, être blessés au plus profond de notre âme et continuer néanmoins à vivre, et continuer néanmoins à aimer. Et la croûte qui vient couvrir la plaie est plus forte que ce que ne l'était la chair. Les cicatrices sont l'héritage de notre vie. Elles ne sont laides que pour ceux qui ne savent pas voir.

Et pour ce qui est de la peine, et pour ce qui est de l'absence, tu verras qu'elles viennent par intermittence, un peu comme le font les vagues.

La perte d'un être cher est un naufrage, une tempête

Quand le bateau sombre, au début, tu te noies, avec des morceaux d'épave qui flottent tout autour de toi. Tous ces débris qui ne font que te rappeler douloureusement la beauté, l'éclat, la splendeur passée de ce navire qui était, et qui n'est plus.

Et voilà tout ce que tu peux faire : flotter. Tu chercheras un morceau d'épave, tu t'y accrocheras pendant un moment. Ce sera peut-être un objet matériel. Cela pourra être un souvenir heureux, une photographie. Cela pourra être aussi une autre personne, naufragée comme toi de ce bateau, qui elle aussi essaie tant bien que mal de rester à la surface. Pendant un temps, tout ce que tu pourras faire pour ton salut, c'est flotter, ballotté par les éléments. Essayer de rester en vie.

Au début, tu seras pris au cœur de la tempête, des vagues de trente mètres qui s'abattent contre toi sans merci. Elles arrivent toutes les dix secondes, et elles ne te laissent même pas le temps de reprendre ton souffle. Tout ce que tu peux faire, c'est t'accrocher, subir, flotter.

Après un moment, peut-être des semaines, peut-être des mois, les vagues seront toujours aussi énormes, mais tu verras qu'elles seront un petit peu plus espacées, elles te laisseront un peu plus de répit. Bien sûr, quand elles s'écrasent sur toi, elles t'engloutissent toujours, t'entraînent par le fond dans un tourbillon d'écume. Mais entre-temps, tu peux respirer, tu peux vivre.

Tu ne sauras jamais à l'avance ce qui déclenchera cette vague de chagrin. Cela pourra être une chanson, une photo, le croisement d'une rue, l'odeur d'une tasse de café chaud. Cela peut être tout et n'importe quoi... et les vagues continuent à se briser sur toi.

Mais entre les vagues, il y a la vie ...

Et au bout d'un moment, tu verras que les vagues se feront légèrement moins menaçantes. Peut-être que les plus grosses mesureront vingt mètres. Ou quinze mètres. Et même si les vagues sont toujours présentes, même s'il y a toujours des lames de fond, elles continuent à s'espacer.

Désormais, tu as le temps de les voir arriver. Un anniversaire, une commémoration, un Noël en famille... Tu les vois arriver, la plupart des fois, et tu as le temps de te préparer.

Et quand la vague se brise finalement sur toi, tu sais que d'une manière ou d'une autre, tu parviendras à ressortir de l'autre côté. Complètement trempé, toussotant, toujours accroché à ton petit radeau de fortune, mais tu ressortiras.

Voici donc le conseil d'un vieil homme, fais-en ce que tu voudras. Le flux et le reflux des vagues ne s'arrêteront jamais, et quelque part, tant mieux. Mais tu apprendras avec le temps qu'on peut survivre aux pires des tempêtes. Et que d'autres vagues arriveront. Et que tu y survivras, aussi.

Si tu as de la chance, tu auras beaucoup de cicatrices laissées par beaucoup d'amours. Et beaucoup d'épaves, aussi.»

(Source inconnue sur Internet)



JOYEUSES FÊTES

L'équipe de l'AFPAD vous souhaite une belle période des fêtes entourée de paix et d'amour, et ce, malgré la pandémie. Prenez le temps de vous reposer et de profiter de tous les petits bonheurs qui se présentent à vous!

La tristesse

Depuis 2006, j'ai parlé à des centaines de personnes ayant vécu l'homicide ou la disparition d'un proche.

J'ai passé des heures à les écouter me raconter leur drame. Je les ai entendu pleurer, sangloter, avoir le souffle coupé tellement leur douleur était intense. J'ai été témoin de leur tristesse infinie et de leur impression qu'elle ne finirait jamais.

J'ai toujours été étonnée qu'après une heure d'écoute, ces personnes se transformaient, elles étaient soulagées et me disaient se sentir un peu mieux. Leur remerciement m'a toujours touchée profondément, car mon travail consiste à les écouter et analyser leurs besoins afin de les appuyer dans leurs démarches de guérison.

Cela me ramène à ma propre expérience de la tristesse et je me suis souvenue que quand j'étais triste, maman me disait : « Vas-y, pleure! Ça fait du bien! »... Et je pleurais tant que le chagrin n'était pas vidé...

En fait, je peux dire que j'ai énormément pleuré dans ma vie. Je crois qu'il est normal et humain de vivre de la tristesse devant des situations où nous n'avons aucun contrôle.

Avec la tristesse vient souvent le chagrin et les pleurs. Je me demande souvent pourquoi sommes-nous gênés de pleurer? En général, nous nous cachons pour pleurer comme si c'était négatif ou un signe de faiblesse d'être dans cet état.

Pourtant, pleurer est une très grande richesse, car nos larmes témoignent de l'amour que nous avons pour notre proche que nous avons perdu.

Même si nous n'en sommes pas conscients, le fait de pleurer aide à évacuer la tristesse. Après une heure à pleurer, nous sommes souvent épuisés mais nous sentons un certain soulagement car il y a une partie de notre tristesse que nous avons évacuée. Je crois que la tristesse, inconsciemment, peut nous aider à avancer et peut-être même à créer...

Raymonde Hébert

Coordonnatrice des services aux membres

Pourquoi faire un don à l'AFPAD?



*Ma fille
qui était enceinte
a été assassinée
par son conjoint...*

JE DOIS MAINTENANT
APPRENDRE À SURVIVRE
À CETTE TRAGÉDIE

“ Un de mes rêves de vie s'est effondré, soit la perte de mon enfant et de manière qui a détruit, saboté une de mes convictions les plus profondes, soit la violence faite aux plus petits que soi. L'amour, c'est ce que j'avais. Je ne puis offrir plus grand. Malheureusement, il faut croire que cela n'a pas été suffisant. Je vous fais grâce des impacts financiers, matrimoniaux, familiaux. Il va sans dire que « déstabilisation » est le terme qui résume. Mes objectifs sont simples : me rendre utile à la société et à ma famille et faire en sorte que ma douleur soit mon alliée.

- Témoignage d'une mère à la suite du meurtre de sa fille par son ex-conjoint alors qu'elle était enceinte de 20 semaines



Association des
Familles de
Personnes
Assassinées ou
Disparues

Grâce à votre générosité, l'AFPAD offre des services depuis près de 15 ans à ces personnes qui ont perdu un être cher à la suite d'un homicide ou d'une disparition, afin d'améliorer leur qualité de vie au niveau psychologique, émotionnel, financier et social.

Votre don fait cheminer un deuil

Je fais un don

Général

Corporatif

À la mémoire de : _____

Mode de paiement

Chèque

Visa

MasterCard

Au montant de : _____

\$

Numéro de carte : _____

Date d'expiration : _____

Code de sécurité : _____

Prénom : _____

Nom : _____

Adresse postale : _____

Courriel (obligatoire pour dons par carte de crédit) : _____

Veuillez libeller votre chèque à l'ordre de « **AFPAD** ».

Retournez ce coupon au : 1686, boul. des Laurentides, bur. 203, Laval (Québec) H7M 2P4

L'AFPAD est un organisme de bienfaisance reconnu auprès de l'Agence du Revenu du Canada (830461141RR0001)

Don en ligne :
<http://afpad.ca/don>