

LA CHARTE DES DROITS DE L'ENDEUILLÉ

Mon deuil n'est pas une maladie,
ni une invention...

Je le vis vraiment, il fait partie de
moi et est comme il est pour de
nombreuses raisons très
personnelles.

Je dois travailler très fort pour
accepter d'être dans cet état, et
ce, chaque jour et même chaque
seconde.

Au fil du temps, j'ai appris une
chose : quand je sens que je n'ai
pas le droit d'être en deuil, je ne
vais pas bien.

Donc, j'ai décidé que j'ai le droit
maintenant de vivre le deuil, car
une personne que j'aime est
décédée.

Elle me manque, je me sens plein
d'émotions et j'ai le droit :

- ◆ de ne pas toujours être inébranlable, de vivre toutes les émotions possibles sans pour autant être jugé comme étant malade, dépressif ou trop bien...
- ◆ de vivre les jours de fête ou les dates spéciales à ma manière...
- ◆ d'avoir de nouveaux besoins et d'être différent; d'ailleurs je ne serai plus jamais comme avant, le deuil m'a changé...
- ◆ de laisser une place à cette personne décédée dans ma vie, d'en parler, de revisiter le passé, de garder des souvenirs, des photos...
- ◆ d'avoir des questions, des réponses et des informations pour mieux comprendre...
- ◆ de me recueillir aux endroits qui me conviennent...
- ◆ qu'on me respecte dans mon intimité et aussi dans celle du défunt...
- ◆ d'avoir du soutien, du vrai: des oreilles sincères pour m'écouter parler sans censure et même me répéter...
- ◆ de mettre mon expérience au service des autres...
- ◆ d'avoir une routine de vie que je choisis et qui me fait du bien: sortir, manger, voyager, établir des priorités...
- ◆ de vivre mon deuil, ce deuil unique que quiconque ne peut comprendre...
- ◆ sans limite de temps et à mon rythme...

Le contenu du calendrier est produit par l'organisme Deuil-Jeunesse, merci d'en respecter la propriété intellectuelle. Tous droits réservés à Deuil-Jeunesse. Si pour aider une personne vous devez en reproduire une partie du contenu, le faire dans son intégralité en conservant la mention de la source.

URGEL BOURGIE
ATHOS

LÉPINE CLOUTIER
ATHOS

 **RÉSIDENCE FUNÉRAIRE**
DU SAGUENAY



Complexe thanatologique
LUCAS FOURNIER

 Maison commémorative familiale
FOURNIER


BERTHIAUME
SALON FUNÉRAIRE FAMILIAL - HOMES FUNÉRAIRES

Maison
Gamache
& Nadeau

 Maison commémorative familiale
ROULEAU


SHIELDS BERTHIAUME
SALON FUNÉRAIRE FAMILIAL

Maison Marc
Leclerc *inc.*


complexe funéraire
JACQUES & FILS
crématorium


STEVE ELKAS
RÉSIDENCE FUNÉRAIRE
CRÉMATORIUM

 **Deuil-
Jeunesse**

En collaboration avec
FUNERAWEBO