

HOMICIDES HORS QUÉBEC

GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT



**Association des
Familles de
Personnes
Assassinées ou
Disparues**

1 877 484-0404 | afpad.ca

HOMICIDES HORS QUÉBEC

GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT

Offert par l'AFPAD.



1 877 484-0404 | afpad.ca

Association des familles des personnes assassinées ou disparues (AFPAD)

1686 boul. des Laurentides, bureau 203

Laval (QC) H7M 2P4

Téléphone : 514 396-7389 / Ligne sans frais : 1 877 484-0404

Courriel : administration@afpad.ca / site web : www.afpad.ca

Chargée de projet, recherche et rédaction :

Mélina Beaulieu, criminologue et candidate à la maîtrise en criminologie

Supervision du projet :

Christine Carretta, PDG AFPAD, enseignante et auteure de *Ma soeur, sauvagement assassinée*

Correction et révision : Kathy Martel

Conception graphique : Véronique Lafortune, designer graphique

Impression : L'empreinte | empreinte.ca

CONTRIBUTION FINANCIÈRE

La production de ce document a été rendue possible grâce à la participation du ministère de la Justice du Québec.

DROITS D'AUTEURS ET DROITS DE REPRODUCTION

La reproduction partielle ou totale du contenu de ce guide est interdite, sauf sur permission préalable de l'AFPAD.

Dépôt légal 2023

Bibliothèque et archives nationales du Québec

Bibliothèque et archives Canada

© Association des familles des personnes assassinées ou disparues (AFPAD), 2023

Ce guide a été produit par l'Association des familles des personnes assassinées ou disparues (AFPAD).

Le contenu n'engage que cette dernière. Le genre masculin est utilisé pour alléger le texte.

Une version électronique de ce guide est disponible sur le site web de l'association.

Ce guide regroupe des informations sur le processus de deuil ainsi que sur le syndrome de choc post-traumatique, mais ne remplace pas l'avis ou l'accompagnement d'un professionnel.

« La perte d'un proche est toujours une épreuve difficile, surtout dans le contexte d'une infraction criminelle. Les familles qui sont exposées à un tel deuil doivent pouvoir compter sur des ressources adaptées et accessibles, que le crime ait été commis au Québec ou à l'étranger. Ce nouveau guide permettra de faire connaître les services mis à la disposition des familles et, nous l'espérons, les aidera à travers leur processus de guérison. »

- Simon Jolin-Barrette, ministre de la Justice et procureur général du Québec (2021)



Association des
Familles de
Personnes
Assassinées ou
Disparues

Dans le but de répondre fidèlement aux besoins urgents d'information et au soutien des proches de victimes d'homicide hors Québec, l'AFPAD souhaite répondre présente en vous offrant ce guide d'accompagnement. En espérant que cet outil puisse être une ressource considérable.

- Christine Carretta, PDG AFPAD

Remerciements

Remerciements spéciaux à :

Annie St-Onge, sœur de Christine St-Onge (2018) et **Christine Carretta**, sœur de Cathy Carretta (1998) qui suite à la perte de ces êtres chères, ont eu l'idée de ce projet

Ainsi qu'à tous les membres ayant participé de près où de loin à l'élaboration de ce projet.

À tous les professionnels et partenaires qui ont contribué à cet ouvrage :

Catherine Rossi, Ph.D., professeure titulaire à l'école de travail social et de criminologie de l'Université Laval

Charles-Antoine Dumont, étudiant Pro Bono du Canada, section Université Laval

François Vézina, Directeur, Magnus Poirier - volet MAP Assistance

Karine Gagnon, coordonnatrice au soutien organisationnel et au développement, réseau des CAVAC

Katyana Shum-Tim, étudiante Pro Bono du Canada, section Université Laval

Introduction

Le décès d'un être cher par homicide est une expérience en soi traumatique et lourde de conséquences. Vivre une telle situation d'adversité lorsqu'on doit composer avec un contexte géographique, culturel, politique, social, légal et linguistique qui n'est potentiellement pas le sien est une épreuve des plus affligeantes.

Si certains travaux reconnaissent l'émergence de la victimisation des touristes comme un problème chronique et croissant à travers le monde, ce problème demeure très peu exploré dans le monde académique, social, public et politique. Au Québec, la médiatisation d'un certain nombre d'homicides survenus à l'étranger a permis de lever le voile sur la réalité des familles qui doivent composer avec les conséquences de cet événement des plus tragiques. Ces tristes histoires dont le public se voit de plus en plus saisi sont le point de départ de préoccupations et revendications qui se font graduellement entendre de la part de plusieurs groupes militants pour la défense des droits des personnes victimes. L'AFPAD a joué un rôle de premier plan dans la reconnaissance des covictimes affligées par un tel drame. C'est dans ce contexte et à travers les expériences de plusieurs membres endeuillés que l'idée de ce guide de soutien s'est vu émerger.

J'ai rencontré, dans le cadre du projet, une dizaine de personnes ayant vécu le deuil d'un être cher à la suite d'un homicide survenu hors Québec. À l'aide de questions et de relances ouvertes, j'ai pu explorer avec les familles des personnes assassinées de quelle manière sont vécus les enjeux spécifiques relatifs au fait que les événements se sont produits à l'extérieur de la province. De ces particularités découlent des obstacles, des impacts, des ressentis et des expériences tantôt diversifiées, tantôt empreintes de similitudes. Ces discussions s'inscrivent dans le cadre d'un processus de recherche rattaché à mon projet de mémoire. Vous retrouverez, au sein de ce guide, des parcelles de ces résultats de recherche, illustrées par les témoignages des proches endeuillés ayant participé au projet¹². Ces pages contiennent le récit des expériences de proches ayant parcouru des cheminements similaires au vôtre. Vous y trouverez des obstacles et des défis qui s'imposent dans un contexte hors Québec, mais aussi des ressources pour les relever. Quelques pistes d'apaisement empruntées par les proches rencontrés vous sont également proposées.

Le guide a été conçu de manière chronologique et de la manière la plus linéaire possible suivant les « étapes » de ce cheminement afin, notamment, de vous permettre de le consulter selon vos besoins et à différents moments du processus. Or, s'impose ici une remarque fort importante, que je dois à plusieurs proches endeuillés: un deuil tel que celui qui est vôtre est tout sauf linéaire. Soyez indulgents envers vous-même. Si vous ne vous sentez pas prêt pour la lecture de certains passages, prenez votre temps. C'est d'ailleurs pour cette raison qu'a été réservée à la toute fin une section regroupant et détaillant toutes les ressources d'aide à votre disposition.

Bien que certaines tendances puissent se dégager dans la manière dont sont vécus les événements, il va de soi que chaque situation est unique et que chacun vivra les choses à sa manière. Il n'y a par conséquent jamais de voie unique ou de recette miracle. Parfois, il est nécessaire de tenter certaines combinaisons et c'est la formule essai-erreur qui permettra l'obtention de la meilleure recette pour soi. Ce guide se veut un point de départ – *un recueil d'ingrédients* – auquel vous pourrez vous référer et qui demeurera à votre disposition à chacune des étapes. Il est également là pour vous rappeler que vous n'êtes pas seul.

Vous trouverez, à la page suivante, une table des matières qui vous permettra de naviguer à travers le guide selon vos besoins.

¹ Les extraits présentés sont des verbatims tirés des entrevues ayant été réalisées avec les proches participants. L'AFPAD a pris l'initiative de les adapter pour répondre aux exigences de la langue francophone et de les rendre accessibles à un plus grand public, tout en portant une attention particulière afin de ne pas dénaturer le propos.

² Tous les noms de lieux, de personnes ou toute autre donnée qui permettrait l'identification des proches ayant participé au projet ont été remplacés afin de garantir leur anonymat, tel que l'exigent les règles éthiques d'un tel projet de recherche.

Table des matières

PRÉFACE ET AVANT-PROPOS

8

DE L'ANNONCE FORMELLE À L'ABSENCE DE NOUVELLES : ACCUEILLIR L'ANNONCE DE L'HOMICIDE HORS QUÉBEC

12

| | |
|--|----|
| La notification du décès | 14 |
| L'endroit où l'on se trouve lors de la notification du décès | 20 |
| La douloureuse onde de choc | 21 |
| Personne disparue : que faire? | 30 |
| Décès hors Canada : que faire? | 35 |

DÉVOILER OU ANNONCER À SON TOUR LES ÉVÈNEMENTS : DES CHOIX PERSONNELS ET DES DÉCISIONS QUI S'IMPOSENT

39

| | |
|---|----|
| Avec qui parler du drame ? | 40 |
| Faut-il en parler dans son milieu de travail ? | 41 |
| Les annonces qui s'imposent : agir à son tour comme déclarant | 44 |
| Les réactions que vous pourriez rencontrer | 48 |

L'IMPLICATION DES MÉDIAS DU QUÉBEC ET D'AILLEURS

58

| | |
|--------------------------|----|
| Les médias traditionnels | 59 |
| Les médias sociaux | 68 |

QUELQUES PARTICULARITÉS LIÉES À UN HOMICIDE HORS QUÉBEC

70

| | |
|--|----|
| La question du déplacement hors Québec | 71 |
| La barrière de la langue | 76 |
| Les relations avec les autorités hors Québec | 79 |
| Les chocs relatifs aux cultures | 82 |
| Les procédures judiciaires | 84 |

LES PROCÉDURES SUIVANT UN DÉCÈS HORS QUÉBEC

90

| | |
|--|-----|
| L'obtention du certificat de décès | 94 |
| Le rapatriement de la personne décédée | 96 |
| Les rites funéraires | 99 |
| Le rôle des maisons spécialisées | 100 |
| Les enjeux financiers | 104 |
| Le rapatriement des effets personnels | 107 |

QUELQUES CONSÉQUENCES POSSIBLES

109

| | |
|---|-----|
| Les conséquences psychologiques | 110 |
| Les effets sur la santé physique | 120 |
| Les conséquences sur le plan social, familial et relationnel | 123 |
| Les conséquences sur le plan professionnel, académique et financier | 126 |
| Les conséquences en lien avec les objectifs personnels | 127 |
| Quelques conséquences spécifiques au contexte hors Québec | 128 |

QUELQUES PISTES D'APAISEMENT SUPPLÉMENTAIRES

129

| | |
|--|-----|
| L'aide du réseau de soutien | 130 |
| Faire appel à une forme de soutien professionnel | 133 |
| La participation à des groupes de soutien | 135 |
| Prendre soin de soi | 138 |
| Reprendre le contrôle de ses pensées | 141 |
| Reconstruire son quotidien | 143 |
| La justice réparatrice | 146 |
| La spiritualité, les cérémonies et les rituels | 148 |

VOUS N'ÊTES PAS SEUL : MESSAGES DE PROCHES ENDEUILLÉS

149

RÉSUMÉ DES SERVICES D'AIDE DISPONIBLES

154

Préface

Ce guide propose des réponses à un problème insoluble. Il ose se consacrer à la situation la plus difficile qu'un être humain puisse subir au cours de son existence : perdre un être cher par un acte criminel ou apprendre sa disparition... mais à l'étranger, c'est-à-dire sans pouvoir compter sur les protections propres à notre pays et qui constituent le socle de notre civilisation et les bases de notre sécurité la plus élémentaire.

Quand un être cher est porté disparu ou assassiné dans un pays étranger, tous les dogmes de la vie en société, que nous croyions si solides, s'effondrent. Il faut survivre à l'annonce de la terrible nouvelle. Il faut annoncer la nouvelle nous-même, puisque personne d'autre ne s'en chargera. Il faut gérer la confrontation aux médias : répondre aux questions, diffuser les informations. Il faut entreprendre des démarches ou des procédures sans commune mesure pour comprendre ce qui s'est passé : rapatrier le corps, entreprendre des recherches. Il faut se débrouiller de loin, en jonglant avec les autorités étrangères, en devant subir les différences de langue et de culture. Il faut apprendre à se passer des droits si chèrement acquis, si chers à notre pays, qui n'existent plus dès que l'on traverse la frontière. Il faut apprendre à subir des conséquences sans fin; il faut apprendre à s'adapter à l'impossible. Il faut apprendre à rester digne et ne pas croire les autres, quand ces derniers iront jusqu'à accuser la victime d'être responsable de son propre sort. Et il faut faire tout cela en représentant autant sa propre souffrance que la mémoire du défunt; il faut entrer dans le deuil en comprenant que l'on est aussi confronté au crime, le tout en plein centre d'un vide juridique comme social.

Or, dans ce guide, un tel contenu, que l'on attendrait d'une charge émotive comparable à la force d'un tsunami, est étonnamment transformé en lueur d'espoir. Ce guide est un tour de force. Il présente, avec doigté, dans un format accessible et humain, un contenu scientifique et pratique inédit. La construction de l'ouvrage, en ordre chronologique, permettra aux personnes qui vivent un tel drame de prendre connaissance de chaque étape au seul moment où elles en ressentiront le besoin. Le tout est ponctué de nombreux témoignages de proches ayant vécu eux-mêmes une telle expérience et qui, avec bienveillance et solidarité, aident à comprendre comment suivre le douloureux chemin du deuil; et peut-être, aussi, aident à se rappeler que même lorsqu'on vit l'innommable, il est possible de ne pas le vivre seul.

Ce guide est aussi une fenêtre sur le vécu des proches dont un être cher est assassiné à l'étranger. Le deuil, le courage, l'honneur de ces personnes se trouvent au cœur de cet ouvrage, qui permet avant tout de montrer leur réalité et de nous rappeler que nous devrions avoir honte d'avoir laissé si longtemps planer le silence autour d'elles. À l'ère où seuls les scandales attirent l'attention, où l'on ne réagit que pour calmer une opinion publique ingrate et souvent inique, à l'heure où toutes et tous livrent sans pudeur leurs sentiments au monde, ce guide nous rappelle à l'ordre. Dans une société en perte de repères, certaines familles vivent l'indicible, seules. Dans une société où tout n'est plus que bruit, ces familles vivent leur deuil en silence, avec honneur, pudeur, et courage. Ce guide remet nos valeurs en place.

Sur un point en particulier, ce guide force aussi l'admiration. Pour une rare fois, il ne met de l'avant que ce qui relève exclusivement du bien-être des victimes. Le seul mot de « meurtrier » n'y apparaît qu'une fois, fort discrètement. Les débats sur les politiques pénales, le système répressif, l'acharnement judiciaire, tout cela est laissé de côté. Et à raison. Car tout cela laisse bien souvent dans l'ombre la mémoire de la personne assassinée, le besoin de faire reconnaître le droit de la chérir et de la commémorer, et le tellement évident besoin de réconfort. Or, la plupart du temps, l'obsession de justice nous aveugle : à courir derrière les criminels, à penser et repenser la justice à chaque virage, on en a fini par oublier l'essentiel. Où sommes-nous quand nos concitoyens, nos voisins, nos amis, notre communauté ont besoin de nous? Qu'avons-nous fait, les dernières années, pour les personnes qui se trouvent au centre de cet ouvrage?

Pour terminer, il est possible que ce guide provoque deux effets différents, paradoxaux, à deux types de lecteurs. Aux personnes concernées que sont les proches qui ont perdu un être cher dans un pays étranger, mais aussi aux victimes d'actes criminels en général, ou au simple lecteur intéressé, ce guide fera l'effet d'un baume. Son contenu est d'une délicatesse et d'une bienveillance peu communes, tout en étant d'un intérêt pratique totalement inédit.

À tous les « experts », étudiants ou professionnels, en passant par les intervenants, juristes, cliniciens et autres « logues » (criminologues, victimologues, psychologues, traumatologues...), il risque de causer une remise en question. Car derrière son apparente humilité scientifique, ce guide fait un peu l'effet d'une douche froide que nous autres, experts, recevons sur la tête. Non, ce ne sont pas dans nos connaissances techniques d'experts que se cachent les espoirs de bien-être ou de rétablissement des justiciables et des citoyens. Non, expliquer l'ignominie des gestes des infracteurs ou savoir comment le punir ne devraient jamais être les questions auxquelles on s'attaque en premier. Ce qui compte avant tout pour les personnes concernées, et qui aurait toujours dû compter en priorité pour nous tous, c'est le reste. Or, le reste, pour une fois, se trouve au centre d'un guide. Et nous laisserons le lecteur expert en prendre connaissance, pas à pas.

Il ne nous reste qu'à souhaiter que cet ouvrage-outil retienne toute l'attention qu'il mérite. Il ne nous reste qu'à féliciter l'AFPAD pour cette initiative splendide qui, nous l'espérons, permettra de mettre en lumière le travail de chaque instant que cette association réalise solidairement, depuis plus de 20 ans, avec les familles qui la composent. Il ne nous reste qu'à remercier les partenaires ou les commanditaires d'avoir cru à ce projet, alors même qu'il ne se situait pas, en apparence, au centre des priorités médiatiques. Il ne nous reste, enfin, qu'à féliciter l'auteure, jeune chercheuse à l'Université Laval, pour avoir réussi à faire ce que seuls les meilleurs scientifiques savent faire : s'éloigner du sens commun et des discours scientifiques à la mode pour ouvrir une voie vers de nouveaux chemins.



Catherine Rossi, Ph. D.,
Professeure titulaire
École de travail social et criminologie, *Université Laval*

Avant-propos

C'est dans le cadre d'un mémoire de maîtrise en criminologie que j'ai choisi d'apporter une contribution au monde de la victimologie. Voyageuse dans l'âme, j'ai toujours été très sensible au sort des personnes ayant vécu des événements tragiques dans un contexte étranger. Ce sont ces préoccupations qui ont ouvert la voie de la première esquisse de mon projet de maîtrise, lorsque j'apparis qu'à compter du 13 octobre 2022, les personnes victimes d'une infraction criminelle hors Québec seraient enfin admissibles aux aides et indemnités prévues par le régime québécois. Une question demeurait toutefois sans réponse: comment accompagner adéquatement ces personnes qui souffrent des aléas du crime, lorsque celui-ci survient hors de son milieu d'appartenance, de résidence ? C'est ainsi que lorsqu'il me fallut décider de l'objet de mon mémoire, ce sont sur les enjeux spécifiquement relatifs à la victimisation criminelle qui se produit hors Québec et ses questions de prise en charge sociale que mon regard s'est enfin posé.

Œuvrant depuis plusieurs années sur le terrain à titre d'intervenante sociale, il était très cher à mon cœur que mes travaux servent de manière concrète la cause des personnes victimes. C'est donc avec un immense plaisir que j'acceptai de mettre à profit les travaux de recherche réalisés dans le cadre de ma maîtrise pour mener à bien ce projet tant attendu.

Ce guide a été conçu pour les proches des personnes ayant été victimes d'un homicide en dehors de la province de Québec. Or, il ne serait pas l'ombre de ce qu'il est sans l'aide inestimable que ces personnes elles-mêmes m'ont apportée. C'est ainsi qu'avant toute chose, je souhaite remercier chaleureusement tous les proches qui ont accepté de prêter leur voix pour me permettre de refléter, avec le plus de justesse possible, la réalité de ce qu'ils ont vécu. Je ne saurais comment vous remercier de votre confiance, de votre courage et surtout de la générosité avec laquelle vous vous êtes livrés à moi sans filtre et sans compromis. Si vos histoires m'ont touchée, vos parcours de résilience m'ont profondément émue. J'espère sincèrement que j'aurai su vous rendre adéquatement ce que vous avez offert et que j'aurai été en mesure de traduire avec justesse vos expériences, votre senti, vos difficultés, vos réussites et vos attentes à travers les pages de ce guide. Si cette petite fenêtre que vous m'avez ouverte sur vos vies a permis l'enrichissement de ce projet – et je l'espère, d'aider d'autres personnes qui auront vécu des événements, hélas similaires – elles m'auront également fait grandir sur le plan humain. Je tiens à vous témoigner toute ma solidarité pour la suite de votre cheminement.

J'estime également à propos de souligner le travail inestimable qu'accomplit chaque jour l'AFPAD pour les familles endeuillées. Sans le dévouement et la détermination de ses intervenants, de ses membres et de son personnel de soutien sur les plans sociaux, politiques et humains, jamais un tel projet n'aurait vu le jour. J'ai pour vous une admiration sans bornes.

Je tiens également à témoigner toute ma gratitude au ministère de la Justice du Québec qui, par son appui financier, a permis de donner suite à cette initiative de l'AFPAD.

Je remercie enfin Catherine Rossi, ma directrice de recherche, ma mentore – et complice de longue date avec l'AFPAD –, de m'avoir mise en contact avec Madame Christine Carretta, propulsant du même coup une nouvelle collaboration qui, je l'espère, mènera une aussi longue vie. Sans oublier Madame Carretta, pour la confiance qui m'a été vouée en me confiant ce précieux mandat.

Enfin, je dédie ce guide à la mémoire de vos proches défunts qui ont accompagné mes pensées à chacune des étapes de sa conception.



Méлина Beaulieu

Criminologue et candidate à la maîtrise en criminologie
École de travail social et criminologie, *Université Laval*

De l'annonce formelle à l'absence de nouvelles : accueillir l'annonce de l'homicide hors Québec



Tout débute par une annonce, une nouvelle ou une information partielle qui met la puce à l'oreille. Parfois, ce sont des échos flous et informels ou même l'absence de nouvelles de l'être cher qui devient la première source d'inquiétude. Ces premiers instants marquent la première étape de ce processus qui bouleverse le cours de l'existence. Certaines personnes recevront dès le départ une notification formelle du décès ou même une confirmation que celui-ci est la résultante d'un geste criminel. Le plus souvent, hélas, le contexte de l'éloignement géographique peut ralentir la communication et faire en sorte que l'information soit reçue partiellement et au compte-goutte. Les renseignements peuvent provenir de différentes sources. Par exemple, certains auront d'abord eu vent du drame par l'entremise d'un proche, des réseaux sociaux ou même des médias traditionnels. Ce n'est que plus tard que leur sera communiquée une notification officielle des autorités, faisant de ces premiers instants une attente qui paraît interminable.

Les prochaines lignes font état de cette expérience telle que rapportée par des proches endeuillés qui ont raconté, d'une part, la manière dont ils avaient été informés de la disparition, du décès, et/ou du geste criminel à l'origine de ce drame et d'autre part, la douloureuse onde de choc qui s'ensuit.

Ce que dit la **RECHERCHE SCIENTIFIQUE**



L'annonce du décès est considérée comme l'un des moments les plus déterminants du processus de la personne endeuillée.³ Bien que cette expérience soit généralement courte en termes de durée temporelle, on sait que la manière dont ces informations sont dévoilées peut avoir un impact significatif sur les covictimes, le souvenir de l'avis de décès demeurant généralement vif et durable.⁴ Cette première interaction constitue ainsi l'une des pierres angulaires du processus de rétablissement des proches suivant un décès. En effet, bien que plusieurs personnes ne se souviennent pas toujours des mots employés par le déclarant, la plupart se souviendront d'un bon nombre de détails ayant modulé la manière dont a été vécue l'annonce du décès. Des recherches scientifiques démontrent par ailleurs que l'annonce d'une mort soudaine et inattendue peut en soi générer des conséquences aussi graves que le développement d'état de stress post-traumatique (ESPT), de dépression et de deuil prolongé.⁵ Malheureusement, la plupart des acteurs responsables d'informer les familles n'ont pas toujours conscience de l'importance de leur rôle et des conséquences que ce moment crucial peut engendrer sur le rétablissement des personnes covictimes.⁶

³ Spungen, D. (1998). *Homicide: The hidden victims: A guide for professionals*. Sage Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781483327389>

⁴ Byers, B.D. (1996). *Death notification: Theory and practice*. Dans J.E. Hendricks et B. Byers (Dir.), *Crisis intervention in criminal justice/social service* (2e ed., pp. 287-319). Springfield, IL: Charles C. Thomas.

⁵ Hofmann, L., Glaesmer, H., Przyrembel, M. et Wagner, B. (2021). The Impact of Police Behavior During Death Notifications on Mental Health of the Bereaved: A Cross-Sectional Study. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 0(0). <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1177/00302228211019202>

⁶ Spungen, D. (1998). *Homicide: The hidden victims: A guide for professionals*. Sage Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781483327389>

La notification du décès

Les sources d'informations desquelles vous pourriez apprendre la nouvelle peuvent être d'ordre formel (policiers, autorités, ambassade) ou informel (proches, médias). Quelle que soit la façon dont vous apprenez ce qui s'est passé, ce premier contact peut être synonyme d'une transmission d'informations partielles, incomplètes ou même inexacts. Les prochaines sections exploreront la manière dont a été vécue cette notification du décès par les proches endeuillés rencontrés, selon les différentes sources d'information.

Par l'entremise de l'entourage

C'est parfois un autre membre de la famille ou de l'entourage qui aura été la première personne notifiée. Celui-ci pourrait notamment avoir appris la nouvelle des autorités policières, d'une instance gouvernementale ou même avoir déniché des informations provenant d'une autre source non officielle. À cette personne reviendra alors la lourde tâche d'annoncer la nouvelle au reste de la famille.



« C'est mon cousin qui m'a appelée dans la nuit, pour me dire " on a retrouvé un corps, puis on pense que c'est celui de ta mère". »

- Lina

Dans certains cas, la personne victime vivait depuis un certain temps dans la région où est survenu l'homicide. Il peut aussi s'agir d'un endroit où elle avait l'habitude de voyager et où elle y avait conséquemment construit un réseau social. Dans ce contexte, il est possible que des voisins, des amis ou d'autres personnes résidentes aient été témoins ou informés de certains événements – d'une intervention policière ou de son absence à un rendez-vous, par exemple – ou qu'ils aient eux-mêmes été interpellés par les autorités locales. Dans ce cas, il est probable que l'une de ces personnes tente de vous joindre. Il est possible que celle-ci ne puisse pas vous informer de l'ensemble des circonstances, soit parce qu'elle ne les connaît pas ou parce qu'elle ne se sent pas émotionnellement capable de le faire.

« J'étais chez moi le matin quand j'ai reçu un appel bizarre d'une amie [qui réside là-bas] à qui je n'avais pas parlé depuis longtemps. [...] Elle ne m'a rien dit, mais elle m'a mis la puce à l'oreille que quelque chose de bizarre se passait. »

- Stéphanie

Il pourrait être frustrant et anxiogène de recevoir informations partielles. Il faut garder en tête que cette annonce est également éprouvante pour la personne qui a le courage de vous contacter. Tout comme vous, celle-ci peut se sentir impuissante devant cette situation dont elle ne connaît peut-être pas tous les tenants et aboutissants. Il vous faudra, dans la mesure du possible, unir vos forces afin de vous soutenir mutuellement dans cette épreuve des plus douloureuses, en attente de plus amples réponses.

Par l'entremise de sources formelles

Que ce soit l'annonce de la disparition, du décès ou de l'homicide, plusieurs personnes ont reçu de l'information en provenance de sources formelles à la suite d'un premier indice laissant présager une situation inhabituelle.

Lorsque l'homicide survient dans une province canadienne, les autorités policières du Canada sont susceptibles d'être impliquées.

« C'est la GRC qui m'a appelée [...] les crimes majeurs. Pour moi, cela a été terrible. »

- Claire

Même lorsque l'homicide survient dans un autre pays, certaines circonstances peuvent être à l'origine d'une intervention des autorités québécoises. Dans la situation d'Évelyne, par exemple, un avis de disparition est d'abord enclenché par les policiers québécois. Dès ce premier contact, Évelyne se souvient d'avoir été mise en garde par rapport aux potentiels obstacles qu'elle était susceptible de rencontrer.

Certains proches rencontrés gardent des souvenirs négatifs de cette première interaction avec les déclarants officiels du décès. N'oublions pas que derrière l'uniforme, il y a un être humain qui peut lui aussi éprouver toute une gamme d'émotions et qui peut se retenir de les exprimer, notamment par crainte que cela soit perçu comme un manque de professionnalisme.

« Finalement, le lendemain, l'ambassade nous a appelés pour confirmer qu'il y a un corps, que tout laisse croire que c'est ma mère et qu'ils ont trouvé un passeport dans sa chambre, dans sa casa. »

- Lina

Une autre covictime se souvient que ce sont des membres du corps policier de sa région qui s'étaient présentés chez elle pour lui annoncer la nouvelle. Elle a par la suite été référée aux policiers de la province canadienne où est survenu l'homicide pour les étapes subséquentes, dont celle de l'enquête policière.

« Les enquêteurs viennent nous rencontrer pour nous informer qu'un dossier pour disparition est officiellement ouvert. [...] Ils nous confirment que cela ne sera pas facile avec le [pays où est survenu l'homicide]. »

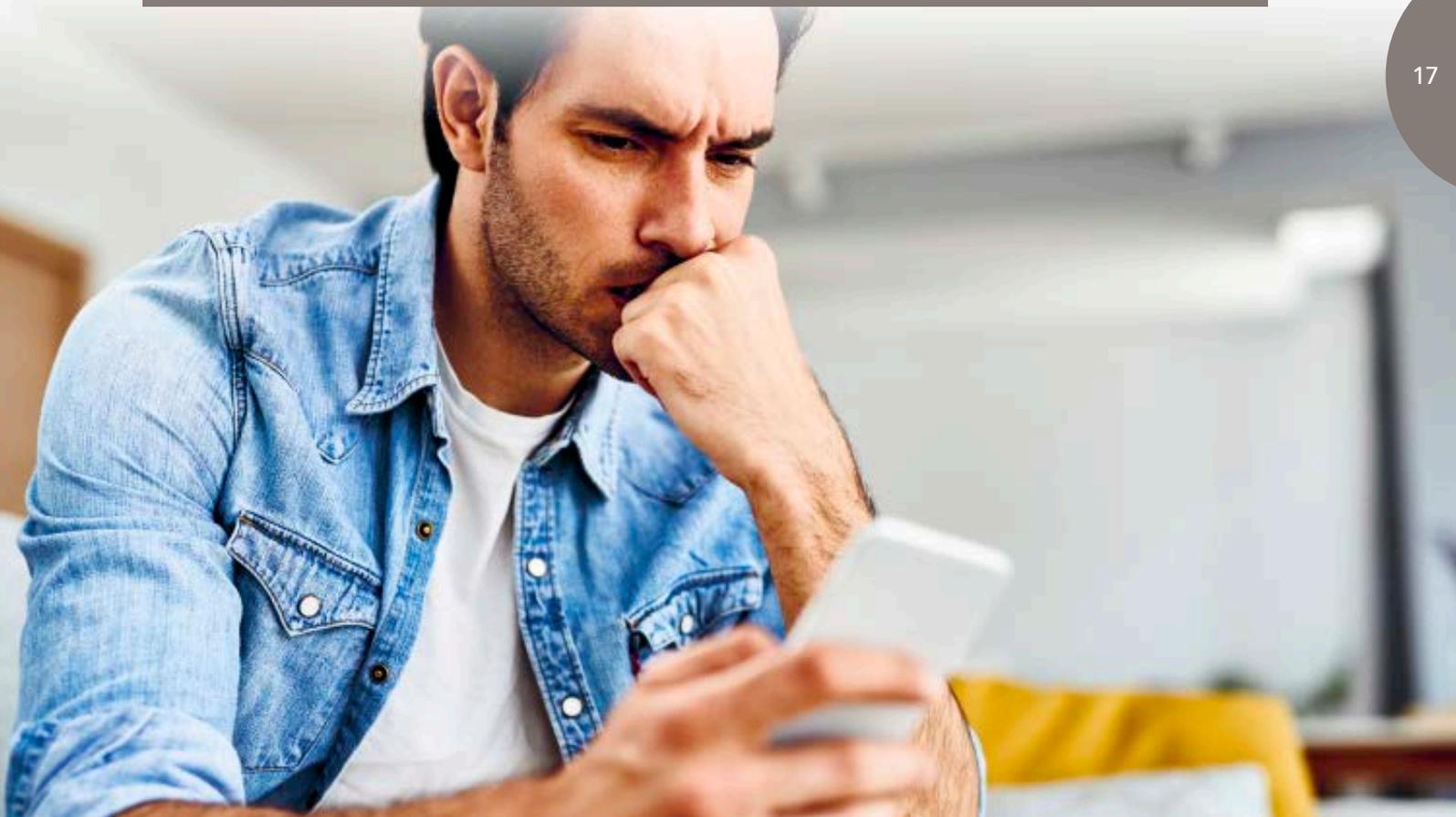
- Évelyne

Par l'entremise des médias sociaux/médias traditionnels

C'est un fait : les technologies et les réseaux sociaux sont devenus des médiums de communication à usage courant. Seuls quelques clics sont nécessaires pour y partager et y recevoir de l'information. Il n'est par conséquent pas impossible que la nouvelle soit déjà en circulation sur Facebook et/ou à la télévision avant même que vous ayez été avisé par une instance officielle.

« Mon conjoint était vraiment très bouleversé. Dans la nuit, il a fait des recherches sur internet et il est tombé sur la conférence de presse qui annonçait qu'ils avaient retrouvé ma sœur. C'est comme cela qu'on l'a appris. Confirmation du corps retrouvé dans les médias [du pays où est survenu l'homicide]. »

- Évelyne



Ce que dit la RECHERCHE SCIENTIFIQUE



L'annonce d'un décès est une expérience complexe et anxiogène pour les personnes qui la reçoivent, mais aussi pour celles qui la communiquent. L'annonce d'un décès est considérée par plusieurs membres du corps policier comme l'une des tâches les plus difficiles à accomplir.⁷ On sait par ailleurs que le manque d'expérience et de formation peut être à l'origine d'une augmentation du stress vécu par les personnes à qui revient la lourde responsabilité de la notification du décès.⁸ Enfin, une autre étude suggère que les enquêteurs compatissent réellement avec les proches des victimes, mais qu'ils peuvent avoir tendance à inhiber leurs émotions et à garder une certaine distance par rapport aux familles lors de la phase de l'annonce du décès. Il est avancé que les enquêteurs sont préoccupés par les objectifs de l'enquête et qu'ils ont tendance à croire que le fait de trop s'enliser dans la détresse de la famille peut être contre-productif pour les objectifs de l'enquête. Or, les covictimes peuvent ressentir un manque de cohérence entre le message véhiculé et les émotions démontrées par les membres du corps policier.⁹

L'absence de nouvelles

Enfin, pour certaines personnes, c'est le silence du proche qui aura été le point de départ du parcours du deuil. Au bout de quelques jours, voire quelques semaines sans nouvelles de l'être cher, il devient de plus en plus manifeste qu'une anomalie est à l'origine de ce silence.

« On n'a plus de nouvelles. On n'a pas de retour. [...] Il n'y avait plus de publication sur Facebook non plus. Il fallait se rendre à l'évidence. »

- Lina

On ne devrait jamais rester seul après avoir été confronté à une telle nouvelle. Si on vous propose de contacter un proche qui pourrait se déplacer afin de vous soutenir, résistez à la tentation de vous isoler. Choisissez une personne qui vous connaît bien et qui vous semble la mieux outillée pour réagir à votre détresse.

Si on vous propose des services d'aide, acceptez les références. Même si elles peuvent vous paraître impertinentes ou inutiles dans le moment, vous pourriez en avoir besoin plus tard dans le processus. Il se peut en effet que vous n'ayez pas la force, l'énergie ou la capacité de fouiller les internets à la recherche de services, lorsque ce besoin se manifestera.

⁷ DeLeo, D., Zammarrelli, J., Viecelli Giannotti, A., Donna, S., Bertini, S., Santini, A. et Anile, C. (2020). Notification of unexpected, violent and traumatic death: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02229>

⁸ Hofmann, L., Glaesmer, H., Przyrembel, M. et Wagner, B. (2022). The delivery of death notifications associated stress and use of aftercare in police officers: A mixed-method approach. *Police Practice and Research*, 22(5), 584–599. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1080/15614263.2021.2025053>

⁹ Reed, M.D., Dabney, D.A., Tapp, S.N. et Ishoy, G.N. (2020). Tense relationships between homicide detectives and homicide co-victims in the wake of murder. *Deviant Behavior*, 41(5), 543–566. <https://doi.org/10.1080/01639625.2019.1574256>

Quelques pistes d'apaisement des proches endeuillés

S'ENTOURER DES BONNES PERSONNES

« Dans mon cas, j'étais seul la première soirée. [...] C'était l'enfer, seul dans la douleur. Je pense que d'être entouré, c'est une bonne idée. »

- José

L'AIDE PROFESSIONNELLE DÈS LE DÉBUT

« On perd un peu la tête à ce moment-là. On n'est pas capable de prendre des décisions éclairées. Il faut quelqu'un qui nous guide. [...] On a besoin de beaucoup d'aide au début. »

- Claire

« Ils ont laissé tomber tout ce qu'ils faisaient et ils sont venus directement. Cette amie en particulier est très organisée et très bonne en cas de crise. Elle ne panique pas. Elle a été géniale. [...]

Donc, je n'étais pas seule. »

- Émy

« C'est important de rencontrer les bonnes personnes, parce que je suis sûr que j'ai passé à travers la pire étape. C'était les trois premiers mois. Je n'arrêtais pas de pleurer. [...] Une chance que j'ai rencontré les bonnes personnes et qu'elles m'ont aidé. »

- José

L'endroit où l'on se trouve lors de la notification du décès

Ce que dit la **RECHERCHE SCIENTIFIQUE**



Les experts ayant travaillé sur la thématique de la notification du décès dans des circonstances traumatiques indiquent que ce type d'annonce devrait toujours être réalisé en présentiel et préférablement à l'intérieur du domicile de la personne covictime (et non sur le pas de la porte). Cette façon de faire est préférable puisqu'elle est plus personnalisée, certes, mais aussi parce qu'elle permet au déclarant d'offrir une meilleure assistance à la personne endeuillée, notamment en prenant soin de contacter pour elle un proche qui pourra venir en prendre soin après son départ.¹⁰

Or, dans votre cas, il résulte des circonstances du décès hors Québec que la plupart des annonces se déroulent par un médium de communication intermédiaire. S'ajoute alors une autre composante sur laquelle vous n'avez aucun contrôle : le téléphone sonne, vous prenez l'appel et c'est tout votre monde qui est bouleversé en l'espace de quelques secondes. Vous vous trouvez alors peut-être à la maison, dans votre milieu de travail ou dans un lieu public comme le restaurant ou le centre commercial. Une personne rencontrée dans le cadre du projet a exprimé combien il avait été difficile pour elle de vivre ce moment poignant alors qu'elle se trouvait au travail en présence de collègues.

« Ce n'est pas agréable, parce que cela traumatise tout le monde autour.
Heureusement, il n'y avait pas de clients à cette heure-là. »

- Stéphanie

Rappelez-vous que vos réactions sont entièrement légitimes et souvent hors de votre contrôle. Vous ne choisissez pas l'endroit où vous vous trouvez lorsque le téléphone sonne. Vous ne choisissez pas de vivre cette situation ni de subir toute cette souffrance. Vous n'avez pas à avoir honte ou à vous sentir coupable.

Plusieurs ont aussi rapporté que l'endroit où ils se trouvaient lorsqu'ils ont appris le décès s'était par la suite vu systématiquement associé au drame et au traumatisme, de sorte qu'il est devenu impossible de le fréquenter à nouveau. Certaines personnes qui en ont été notifiées sur leur lieu de travail ont dû se résigner à le quitter tant les flashbacks, les sensations, et l'amalgame d'émotions négatives étaient demeurés vifs lorsqu'elles y sont retournées, même quelques semaines à quelques mois après l'annonce.

¹⁰Spungen, D. (1998). *Homicide: The hidden victims. A guide for professionals*. Sage Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781483327389>

La douloureuse onde de choc

Que l'homicide soit survenu au Québec, au Canada, ou ailleurs dans le monde, il est inévitablement associé à des réactions émotives souffrantes et intenses pour les proches survivants. La nature violente, soudaine et inattendue du décès qui survient dans un tel contexte peut faire de cette annonce une expérience traumatique en soi.

Plusieurs proches ont décrit le moment de l'annonce en des termes référant à un « choc extrême », un traumatisme ou encore une bombe. Différentes émotions, réactions et manifestations sont associées à cet état. Vous en trouverez quelques exemples dans les paragraphes suivants. Nous verrons ensuite de quelle manière peut évoluer ce choc au fil du temps, toujours à travers le regard de personnes qui l'ont vécu.

Les témoignages des proches endeuillés

« Le choc, quand on te l'apprend... c'est inimaginable. C'est comme une bombe atomique qui explose dans ta tête. »

- Claire



« Une claque au visage. [...] Le fait que ce soit [arrivé] si loin de la maison, j'ai eu un doute longtemps. Je me disais " moi, je n'ai pas vu. Ça pourrait être quelqu'un d'autre." »

- Lina

« C'est quelque chose ... je n'ai pas de mots pour décrire la douleur que j'ai ressentie. »

- José

Ce que dit la **RECHERCHE SCIENTIFIQUE**



Plusieurs facteurs peuvent influencer la réaction au stress : l'intensité et le degré de soudaineté de l'évènement, la capacité de compréhension de l'individu et son degré d'équilibre lors de l'exposition au stress en font partie. L'annonce d'un décès dans un contexte criminel est incontestablement une situation très anxiogène puisque très intense. De plus, il découle de son caractère imprévisible que les personnes y étant confrontées n'ont pas pu s'y préparer psychologiquement. La capacité cognitive se voit diminuée par le choc. La seule variable qui est appelée à différer d'une personne à l'autre est la notion d'équilibre qui fluctue en fonction de l'état de santé physique, mentale, émotionnelle et spirituelle."

Les réactions immédiates

Tout comme les émotions ressenties, les réactions spontanées qui se présentent peuvent être vives et intenses. Certains ont eu l'impression que tout leur être était tombé en état d'alerte. D'autres font référence à un état de crise ou un état de choc. Certains se rappellent avoir crié, pleuré, lancé le combiné ou répété de manière robotique les mêmes phrases en boucle.

Votre mémoire pourrait aussi vous jouer des tours. Certains souvenirs peuvent vous paraître embrouillés ou confus. Vous pourriez avoir oublié certains éléments, certains détails associés à l'avis du décès. Des personnes disent ne plus se souvenir de la venue des policiers; d'autres décrivent ces instants comme flous. Certains endeuillés ont évoqué avoir souffert de symptômes dissociatifs.

**« Quand ma fille est décédée,
j'ai hurlé, j'ai crié, j'ai braillé. »**

- Jean



¹Ellis, C.A. et Lord, J. (1999). Homicide. Dans G. Coleman, M. Gaboury, M. Murray et A. Seymour (Dir.), National Victim Assistance Academy. https://www.ncjrs.gov/ovc_archives/nvaa99/chapt1.htm

Les symptômes dissociatifs ou la dissociation... qu'est-ce que c'est ?

Les symptômes dissociatifs peuvent se traduire en une incapacité de se souvenir d'un ou de plusieurs éléments importants de l'évènement traumatique ou encore par une altération du sens de la réalité. Par exemple, vous pourriez avoir comme souvenir de vous être « vu » à partir de la perspective de quelqu'un d'autre (p. ex. depuis une vue des airs, comme dans les films), avoir le sentiment d'être dans un état de second ou une sensation de ralentissement du temps. La dissociation est aussi reliée à une impression de détachement par rapport aux expériences physiques et émotionnelles, aux sensations, aux souvenirs ou à l'environnement. Ces manifestations peuvent survenir sans que vous en ayez conscience, ce qui peut se traduire en une expérience très déroutante. Enfin, notons que la dissociation peut se rapporter à un état de stress aigu (ÉSA) ou à un état de stress post-traumatique (ESPT).¹²

Des réactions physiques d'intensités variables peuvent accompagner les réactions émotionnelles et cognitives qui viennent de pair avec cette annonce à caractère traumatique. Elles peuvent se révéler sous diverses formes : sensation de chaleur intense, étourdissements, vertiges, palpitations et accélération du rythme cardiaque font partie des manifestations communes au stress.

« J'ai senti une chaleur qui entrait dans mon corps. Je restais impuissant.
C'est difficile à exprimer. C'est comme si on reste paralysé. » - José

La réponse du corps et de l'esprit peut être si puissante qu'une prise en charge médicale d'urgence doit être envisagée.

Si vous avez des inquiétudes par rapport à votre état de santé physique ou psychologique, n'hésitez pas à recourir aux conseils d'un professionnel de la santé. Il en est de même si vous vous inquiétez pour un proche. Vous pourriez dans un premier temps contacter l'info-santé (811, option 1) ou l'info-social (811, option 2). Vous serez alors conseillé sur les mesures à prendre selon l'évaluation et les recommandations du professionnel consulté.

¹² Gouvernement du Canada (2019, septembre). En savoir plus sur l'ESPT.
<https://www.veterans.gc.ca/fra/health-support/mental-health-and-wellness/understanding-mental-health/learn-ptsd#b1>

Les premières semaines

Pour la plupart des endeuillés, les jours qui suivent l'annonce du décès s'inscrivent en continuité avec la détresse ressentie lors du choc initial. Les premières semaines sont décrites comme les plus difficiles. La durée de cet état est variable et peut dépendre de plusieurs facteurs. Plusieurs proches ont évoqué s'être sentis dans un état second durant plusieurs semaines, voire plusieurs mois.

« Les deux premiers mois ont été flous, comme un cauchemar. C'était un choc. [...] C'était vraiment comme si j'étais sous l'effet de drogues ou quelque chose du genre. »

- Émy

Ce sentiment de ne pas être ancré dans la réalité durant un certain laps de temps est partagé par plusieurs des covictimes rencontrées. D'autres ont traduit cet état par le sentiment d'avoir vécu sur une fonction « pilote automatique ». L'impression de revivre un cauchemar incessant durant les premières semaines est également une sensation évoquée par plusieurs :

« Au début, les deux premières semaines, je me réveillais le matin et j'avais l'impression de me réveiller dans un cauchemar. C'est une sensation épouvantable. »

- Claire

Ce que dit la **RECHERCHE SCIENTIFIQUE**



Les études scientifiques font état de ces réactions immédiates qui s'apparentent à un choc puissant accompagné d'un sentiment d'irréalité. Dans les recherches réalisées auprès de personnes covictimes d'un homicide, plusieurs rapportent avoir eu le sentiment d'être « en transe » ou « comme un zombie ». D'autres affirment avoir cédé à un mode de pilotage automatique permettant de « faire ce qui devait être fait ».¹³

¹³ Malone L. (2007). In the aftermath: Listening to people bereaved by homicide. *Probation Journal*, 54, 383-393. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1177/0264550507083537>

Quelques pistes d'apaisement des proches endeuillés

LES TECHNIQUES DE RESPIRATION

« Une personne qui est venu pour une séance d'ostéopathie le lendemain pour traiter le système nerveux [et] le choc. Elle m'a appris quelques techniques de respiration qui m'ont aidée à passer à travers ces premiers jours. »

- Émy

SE DONNER DU TEMPS

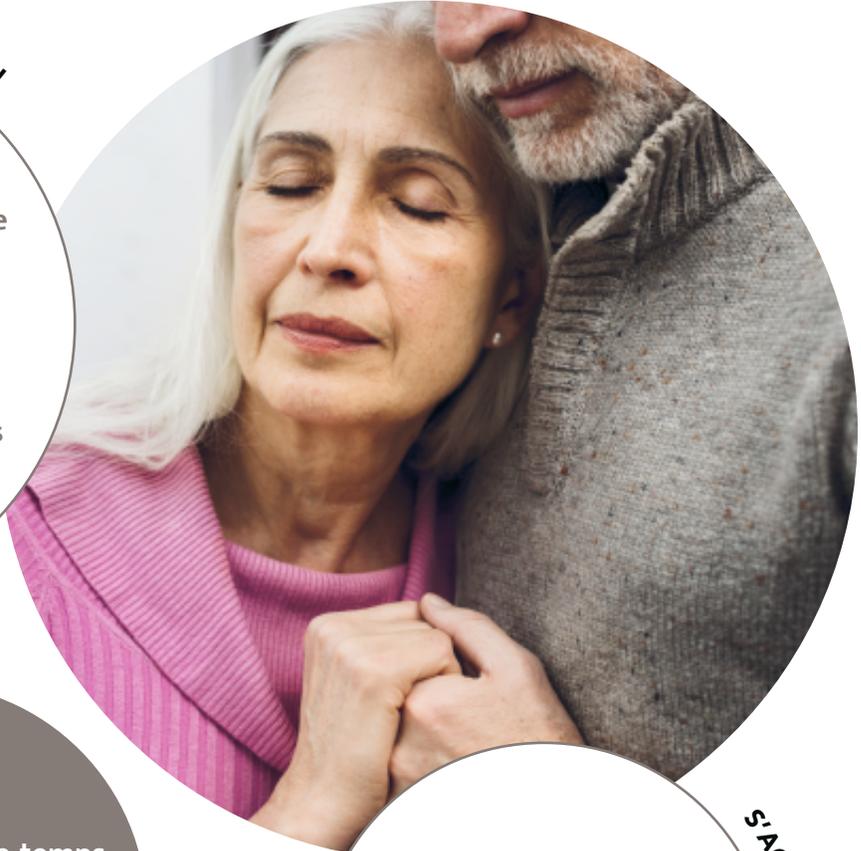
« C'est beaucoup de temps, pour se remettre du choc parce que cela crée un traumatisme puissant. »

- Claire

« Je pense que c'est une bonne stratégie, de se rappeler qu'il y a des gens qui sont encore là et qui nous aiment aussi en retour. »

- José

S'ACCROCHER AUX ÊTRES AIMÉS



Le trouble de stress aigu ... qu'est-ce que c'est ?

Le trouble de stress aigu peut survenir chez des personnes ayant été exposées à la mort, à des blessures graves ou à la violence sexuelle. Cette exposition peut se produire lorsqu'on est soi-même victime, lorsqu'on est témoin ou encore lorsqu'on apprend qu'un proche a vécu un événement traumatique (p. ex. un décès de nature violente ou accidentelle). La réaction au stress aigu est un concept introduit en 1994. Les manifestations qui s'en dégagent ressemblent beaucoup à celles que l'on retrouve chez les personnes atteintes d'un état de stress post-traumatique (ESPT). Ce qui caractérise le trouble de stress aigu est qu'il apparaît dans la période immédiate qui suit l'exposition à l'évènement traumatique.

Les opinions des experts sur son entrée dans le manuel de référence diagnostique des troubles mentaux sont mitigées. Certains sont d'avis que son avènement relève d'une tendance à médicaliser une « réponse normale à une situation anormale ». D'autres estiment ce diagnostic utile afin de dépister le trouble post-traumatique qui peut s'ensuivre.¹⁴

Quoi qu'il en soit, l'usage de ce diagnostic est plutôt fréquent dans les contextes traumatiques susmentionnés. Celui-ci peut être posé quelques jours après l'évènement.¹⁵

Les symptômes principaux qui peuvent incommoder les personnes souffrant d'un trouble de stress aigu sont les suivants¹⁶ :

- 1) Symptômes d'intrusion :** (1) Souvenirs douloureux récurrents, involontaires et envahissants en lien avec l'évènement traumatique ; (2) Rêves répétitifs pénibles qui se rapportent à l'évènement ; (3) Réactions dissociatives ou flashbacks ; (4) Détresse psychologique intense et prolongée ou réactions physiologiques intenses qui se produisent lors de l'exposition à des indices qui réfèrent à l'évènement traumatique.
- 2) Humeur négative :** Incapacité persistante de ressentir des émotions positives (p. ex. des sentiments de bonheur, de satisfaction ou se rapportant à l'affection).
- 3) Symptômes dissociatifs :** (1) Altération du sens de la réalité; (2) Incapacité de se rappeler un aspect important de l'évènement traumatique.
- 4) Symptômes d'évitement :** (1) Efforts pour éviter les souvenirs, pensées ou sentiments souffrants relatifs à l'évènement traumatique; (2) Efforts pour éviter les rappels externes associés à l'évènement (p. ex. des personnes, des endroits, des conversations, des activités, des objets ou des situations).
- 5) Symptômes d'activation :** (1) Perturbation du sommeil (p. ex. avoir de la difficulté à s'endormir, à rester endormi ou avoir le sommeil agité); (2) Comportement irritable et crises de colère (avec peu ou pas de provocation) qui peuvent être extériorisés verbalement ou physiquement envers des personnes ou des objets; (3) Hypervigilance; (4) Problèmes de concentration; (5) Réactions de sursaut exagérées.

¹⁴ Bourgault, R. (2013). État de stress aigu. Dans : Marianne Kédia (éd.), *L'Aide-mémoire de psychotraumatologie: en 49 notions* (p. 59-63). Paris: Dunod.
<https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.3917/dunod.segui.2013.01.0059>

¹⁵ Sanchez, M. (2020). Trouble de stress aigu : du DSM-IV au DSM-5. Dans : M. Kédia (dir.), *Psychotraumatologie* (p. 208-216). Dunod.
<https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.3917/dunod.kedea.2020.01.0208>

¹⁶ American Psychiatric Association (2015). *DSM-5 : manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux* (traduit par J.-D. Guelfi et M.-A. Crocq, 5e éd.). Elsevier Masson.

Durant les premières semaines, voire les premiers mois, il se peut que vous vous sentiez tellement souffrant que vous ayez peine à répondre à vos besoins primaires. L'énergie manque à l'appel pendant que votre corps et votre esprit tentent de composer avec l'accablante douleur. Lorsqu'il faut poser les actions de la vie quotidienne qui visent à prendre soin de soi, tout devient difficile. Ainsi, des activités telles que cuisiner, faire le ménage ou soigner son hygiène corporelle peuvent soudainement vous apparaître superflues, énergivores et envahissantes.

Pour continuer de réguler la détresse aussi sainement que possible, votre corps et votre cerveau ont besoin d'être alimentés en apport calorique. Si vous n'avez pas l'énergie de cuisiner, vous pourriez solliciter l'aide d'un proche ou avoir recours à un service de livraison de repas prêt-à-manger. En cas de perte d'appétit importante, les boissons de type substitut de repas pourraient également être des alliées.

Quelques astuces stimuler votre appétit¹⁷ :

- Manger de petits repas et des collations à teneur élevée en calories tout au long de la journée, soit environ toutes les 2 ou 3 heures.
- Boire beaucoup d'eau ou autres liquides qui vous plaisent.
- Ajouter des calories additionnelles. Vous pourriez, par exemple :
 - Ajouter de la margarine au riz, aux nouilles, aux légumes et au pain;
 - Tartiner vos tranches de pain de miel, de confitures, de gelées, de beurre d'arachide ou de fromage;
 - Sauter vos aliments dans l'huile;
 - Assaisonner vos salades et légumes avec une vinaigrette;
 - Boire des boissons saines qui contiennent des calories;
 - Ajouter du sucre ou du miel à votre café et thé;
 - Vous faire plaisir avec un dessert riche en calories.

De plus, votre environnement peut aussi avoir des effets sur votre humeur et votre bien-être. Encore une fois, n'hésitez pas à solliciter un proche pour vous aider avec les corvées ménagères de votre milieu de vie.

¹⁷ Passeport santé (2022, 22 décembre). *Perte d'appétit : causes, définition, solutions*. <https://www.passeportsante.net/fr/Maux/Symptomes/Fiche.aspx?doc=perte-appetit-symptome>

Les réactions tardives

Un autre des scénarios possibles est celui où les émotions ne s'enclenchent pas de manière systématique dès le départ. Pour certains, c'est un sentiment de poussée d'adrénaline qui domine le monde émotif et qui devient la source d'énergie principale. C'est un peu comme une génératrice d'urgence qui se verrait activée lors d'une panne de courant. L'usage des ressources est alors destiné à enclencher les démarches qui s'imposent lors d'un décès à l'étranger et ce, au détriment de l'expression des émotions qui tombe alors en second plan.

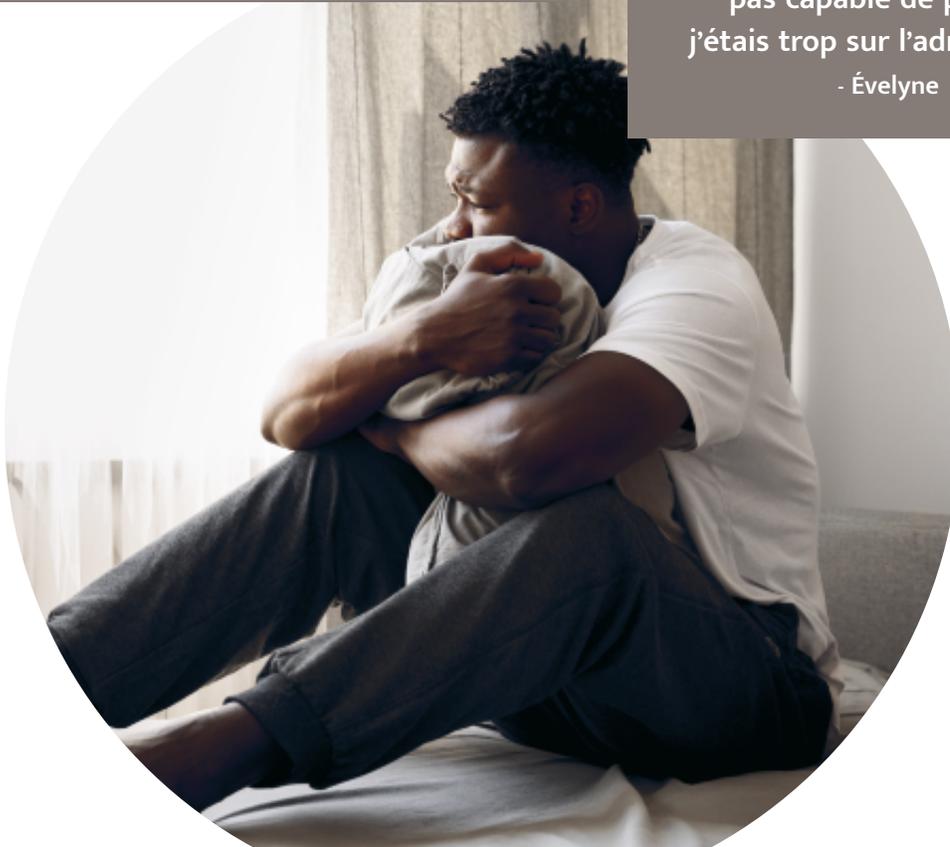
« La tristesse a pris du temps avant d'apparaître. C'est comme si on m'avait embarquée sur un nouvel emploi. J'avais tellement de travail à faire par rapport aux demandes des enquêteurs [...] que je n'ai pas pris le temps d'avoir de la peine. »

- Élyse

Pour certaines personnes, en effet, « les réactions viennent après ». C'est une fois que les démarches essentielles ont été orchestrées que la poussée d'adrénaline s'estompe et laisse place à l'expression des émotions.

« Tout le monde pleurait à côté de moi. [...] Moi, je n'étais pas capable de pleurer, j'étais trop sur l'adrénaline. »

- Évelyne



RESSOURCES UTILES

— **Info-social 811**

- o Numéro de téléphone sans frais : **811**, option 2.
- o Site internet : <https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-social-811>

— **Le centre de crise de votre région**

- o Numéro de téléphone : Consultez la liste des centres de crise des différentes régions du Québec dans la section 8 – Résumé des services d'aide disponibles, en page 160 afin de trouver le centre le plus près de chez vous.
- o Site internet : <https://www.centredecrise.ca/>

Personne disparue : QUE FAIRE?

Chacun réagit différemment à ce genre de situation. Chose certaine, lorsque des sentiments comme l'anxiété, le stress, la peur, la panique, l'angoisse ou la détresse se font sentir, il peut devenir difficile de prendre des décisions réfléchies et de se retrouver dans les démarches à entreprendre. Ne restez pas seul avec vos inquiétudes.

Sollicitez l'aide de personnes en qui vous avez confiance afin de vous décharger de certaines tâches. On peut rapidement devenir envahi, submergé et ne plus savoir où donner de la tête dans ce genre de situation.

Vous trouverez, dans les prochaines lignes, chacune des étapes menant à un avis de disparition au Canada (dans une autre province canadienne), puis à l'étranger.

Au Canada : personne portée disparue à l'extérieur du Québec

Si la personne qui manque à l'appel se trouve temporairement ou réside de manière permanente à l'extérieur du Québec, vous devez vous adresser au 911 ou au poste de police de votre région afin de signaler vos inquiétudes. Les policiers de votre région feront les tractations requises pour solliciter les corps de police concernés et leur acheminer l'ensemble des informations transmises.



Les premières étapes à suivre¹⁸ :

1. Faire appel au 911 ou vous référer au poste de police local.
2. Préparer une liste d'informations pertinentes telles que :
 - Le dernier endroit où la personne a été vue, à votre connaissance;
 - Une description des vêtements que portait cette personne;
 - Ses problèmes de santé (allergies, maladies chroniques, médication);
 - Toute autre information appropriée.
3. Informer vos voisins, amis et parents, et demander leur aide.
4. S'il s'agit d'un enfant, téléphoner au Réseau Enfants-Retour (514 843-4333 ou 1 888 692-4673) pour signaler la disparition de l'enfant et obtenir de l'aide.

¹⁸ Service de police de Montréal (2023). *Personne disparue*. <https://spvm.qc.ca/fr/Fiches/Details/Personne-disparue>

Hors Canada : personne portée disparue à l'étranger¹⁹

L'aide gouvernementale lorsqu'une personne est disparue à l'étranger

Les agents des services consulaires du Canada peuvent effectuer certaines démarches pour aider à retrouver des personnes qui voyagent ou qui vivent à l'étranger afin qu'elles communiquent avec leur famille. Si la personne disparue est retrouvée par les agents consulaires, ceux-ci lui transmettront les coordonnées des personnes qui la recherchent. Il demeure possible qu'ils ne puissent révéler l'endroit où se trouve la personne recherchée pour des raisons de confidentialité. La responsabilité revient à cette dernière de communiquer avec sa famille.

Si on craint pour la sécurité d'une personne qui demeure introuvable, les agents consulaires peuvent demander à la famille de déposer un rapport de personne disparue auprès du service de police canadien compétent, qui fera ensuite appel à Interpol, l'organisation internationale de police criminelle, pour solliciter la collaboration des instances policières étrangères.

Les premières étapes à suivre²⁰ :

1. Signaler immédiatement la disparition à la police locale et à l'étranger, si possible.
2. Aviser le Centre de surveillance et d'intervention d'urgence (vous trouverez, à la page suivante, les coordonnées pour les rejoindre).
3. Consigner autant de détails que vous le pouvez sur la personne disparue :
 - Nom complet;
 - Date de naissance;
 - Lieu de naissance;
 - Nationalité et toute autre citoyenneté que pourrait détenir la personne;
 - Numéro de passeport, si vous l'avez en main;
 - Caractéristiques physiques : taille, poids, couleur des yeux, couleur des cheveux;
 - Photographie récente;
 - Groupe sanguin;
 - Caractéristiques particulières, s'il y a lieu : marques, cicatrices, lunettes, tatouages, etc.;
 - Renseignements médicaux que vous pourriez détenir;
 - Empreintes digitales ou dossier dentaire.
4. Vous pourriez vous renseigner auprès des sociétés émettrices de cartes de crédit et des banques pour obtenir des renseignements sur les opérations financières récentes de la personne disparue.

¹⁹ ²⁰ Gouvernement du Canada (2020, 10 mars). *Personnes disparues*.
<https://voyage.gc.ca/assistance/info-d-urgence/personnes-disparues>

RESSOURCES UTILES

— Centre de surveillance et d'intervention d'urgence (CSIU)

Il s'agit d'un service destiné aux citoyens canadiens qui ont besoin d'une assistance consulaire d'urgence.

- o Téléphone (du Canada) : **613 996-8885**
Téléphone (sans frais aux États-Unis et au Canada seulement) : **1 800 387-3124**
- o Courriel : **sos@international.gc.ca**
- o SMS : **+1 613 686-3658**
- o WhatsApp : **+1 613 909-8881**

Téléphone de l'extérieur du Canada (trois options)

1. **Appel à frais virés** (si ce service est offert dans le pays où vous vous trouvez) :
 - o Téléphone : **+1 613 996-8885**

2. **Prendre contact avec l'ambassade ou le consulat le plus proche.**

Vous trouverez le répertoire des ambassades et consulats par région à l'adresse suivante : <https://voyage.gc.ca/assistance/ambassades-consulats>.

Cette liste contient les coordonnées des bureaux gouvernementaux qui offrent des services consulaires aux Canadiens à l'étranger. Il importe de préciser que ce ne sont pas tous les bureaux gouvernementaux qui offrent des services consulaires. Ce répertoire comprend également des bureaux australiens et suédois dans le monde qui fournissent des services consulaires aux Canadiens en vertu d'une entente spéciale. Pour obtenir des renseignements à jour et détaillés sur un bureau donné, vous pouvez consulter son site web ou communiquer directement avec lui.

3. **Utiliser l'un des numéros sans frais internationaux (disponible sur internet)**

Vous pouvez également rejoindre le CSIU en tout temps et sans frais depuis l'un ou l'autre des 50 pays de la liste ci-dessous. Il n'est toutefois pas toujours possible de composer un numéro sans frais à partir d'un appareil cellulaire. De plus, les téléphones publics exigent parfois que l'appel soit payé avant que la communication puisse être établie.

Numéros d'appel sans frais internationaux

À partir de :

Téléphonez sans frais au :

| | |
|-------------------------------------|---|
| Afrique du Sud | 0800-992-773 |
| Allemagne | 00-800-2326-6831 |
| Australie | 0011-800-2326-6831 |
| Autriche | 00-800-2326-6831 |
| Bahreïn | 800-00-732 |
| Barbade | 1 888 949-9993 |
| Belgique | 00-800-2326-6831 |
| Bermudes | 1 888 949-9993 |
| Brésil | 0-800-891-6614 |
| Chypre | 8009-6082 |
| Corée du Sud | 001-800-2326-6831 008-800-2326-6831 002-800-2326-6831 |
| Costa Rica | 0-800-015-1161 |
| Dominique | 1 888 949-9993 |
| Émirats arabes unis | 800-014-0145 |
| Espagne | 00-800-2326-6831 |
| États-Unis d'Amérique | 1 888 949-9993 |
| États-Unis d'Amérique (Puerto Rico) | 1 888 772-6448 |
| Finlande | 990-800-2326-6831 |
| Îles vierges (américaines) | 1 866 600-0184 |
| Irlande | 00-800-2326-6831 |
| Islande | 800-8462 |
| Israël, la Cisjordanie et Gaza | 014-800-2326-6831 |

À partir de :

Téléphonez sans frais au :

| | |
|---------------------------------|----------------------|
| Italie | 00-800-2326-6831 |
| Lituanie | 88-003-0022 |
| Luxembourg | 800-23679 |
| Mexique | 001-800-514-0129 |
| Norvège | 00-800-2326-6831 |
| Pérou | 001-800-387-3124 |
| Philippines | 1 -800-1-110-0226 |
| Pologne | 00-800-111-4319 |
| Royaume-Uni | 00-800-2326-6831 |
| Russie | 810-800-201-41012 |
| Sainte-Lucie | 1 881 949-9993 |
| Saint-Kitts-et-Nevis | 1 888 949-9993 |
| Saint-Siège (Cité du Vatican) | 00-800-2326-6831 |
| Saint-Vincent-et-les-Grenadines | 1 881 949-9993 |
| Singapour | 001-800-2326-6831 |
| Suède | 00-800-2326-6831* |
| Suisse | 00-800-2326-6831 |
| Taiïwan | 00-800-2326-6831 |
| Thaïlande | 001-800-156-220-0142 |
| Trinité-et-Tobago | 1 800 387-3124 |
| Turquie | 00800-14-220-0149 |

RESSOURCES UTILES

— Les services du Comité international de la Croix-Rouge

La Croix-Rouge peut vous aider à retrouver un proche si vous avez perdu contact à la suite d'une crise humanitaire telle qu'un conflit ou une catastrophe naturelle.

o Numéro de téléphone : +1 613 740-1900

o Site internet : <https://www.croixrouge.ca/>

o Courriel : familylinks@redcross.ca

Voici les étapes à suivre :

1. Contacter le bureau de la Croix-Rouge du Canada (les coordonnées sont ci-dessus).
2. Fournir autant d'informations que possible sur la personne disparue (vous pouvez vous référer à la liste proposée par Affaires mondiales Canada qui se trouve plus haut, pour vous guider).
3. Un formulaire sera rempli à partir de ces informations et la Croix-Rouge communiquera avec les personnes susceptibles de vous aider à retrouver votre famille et à reprendre contact avec elle.

Décès hors Canada : **QUE FAIRE?**²¹

Les premières mesures à prendre :

1. Nommer un représentant de la personne décédée pour agir à titre de **point de contact** auprès des autorités locales et des agents du gouvernement du Canada.

Il est important de désigner une personne en qui l'ensemble de la famille a confiance. Si possible, choisissez cette personne d'un commun accord. Si aucune personne du noyau familial ne peut assurer ce mandat, vous pourriez aussi envisager de faire appel à une personne de confiance extérieure au noyau familial.

Dans la mesure du possible, il faudra transmettre à cette personne les documents requis pour la suite des choses, comme le testament de la personne décédée et toute procuration.

2. Une fois que le représentant sera nommé, **informer l'assureur** de la personne décédée (s'il y a lieu) le plus tôt possible et suivre ses directives. Selon la couverture, il est possible que l'assureur rembourse certains frais liés au rapatriement du corps et autres frais funéraires.

3. Par la suite, l'idéal est de prendre contact avec une maison funéraire spécialisée dans les rapatriements internationaux. Deux choix s'offrent à vous :

- 1) Vous pouvez trouver, **dans le pays où le décès est survenu**, une maison funéraire qui a de l'expérience dans les arrangements funéraires internationaux. Le salon funéraire peut vous aider à planifier les arrangements dans les deux pays si vous souhaitez tenir des funérailles aux deux endroits.
- 2) Vous pouvez également employer les services d'**une maison funéraire spécialisée en rapatriement international au Québec**.

4. De plus, il faudra **annuler les prestations que recevait la personne décédée**. On peut penser, par exemple, à la *Sécurité de la vieillesse*, au *Régime de pensions du Canada* et à l'*Assurance-emploi*. Vous devez aussi annuler les paiements liés à l'impôt, ses pièces d'identité et son numéro d'assurance sociale.

5. Enfin, vous pouvez vous informer auprès du gouvernement du pays où le décès est survenu sur les prochaines étapes à suivre, surtout si le défunt y vivait, recevait des prestations ou possédait des documents locaux qui pourraient nécessiter d'autres mesures.



²¹ Gouvernement du Canada (2022, 20 juillet). *Décès à l'extérieur du Canada*. <https://voyage.gc.ca/assistance/info-d-urgence/decès-a-l-etranger>

RESSOURCES UTILES

- **Les services funéraires Magnus Poirier**
 - o Numéro de téléphone : **514 727-2847**
 - o Téléphone (sans frais) : **1 888 727-2847**
 - o Site internet : <https://www.magnuspoirier.com/>
 - o Courriel (à partir de leur site internet) :
<https://www.magnuspoirier.com/fr/nous-joindre>

- **La rubrique d'Éducaloi - *Que faire après le décès d'un proche*²²**

Vous pouvez visiter la rubrique « Que faire après le décès d'un proche » sur le site internet d'Éducaloi, afin de connaître l'ensemble de la marche à suivre lorsqu'une personne décède. Vous y trouverez de l'information sur les questions relatives aux préarrangements funéraires et les questions testamentaires.

 - o Site internet : <https://educaloi.qc.ca/capsules/que-faire-apres-le-deces-dun-proche/>

En quête d'information : vers qui se tourner?

Au Canada : le rôle des corps policiers

Lorsque le drame survient dans une autre province canadienne, c'est au corps de police responsable de l'enquête que vous devez adresser vos interrogations. Il est possible que les enquêteurs ne puissent pas répondre à toutes vos questions. Ceux-ci doivent respecter tout un protocole dans les informations qu'ils peuvent divulguer afin de ne pas nuire à l'enquête, si elle est toujours en cours. Il est également possible que ces derniers ne possèdent pas toutes les réponses et que certains aspects du crime demeurent inexplicés.

²² Éducaloi (2023). *Décès et testament. Que faire après le décès d'un proche*. <https://educaloi.qc.ca/capsules/que-faire-apres-le-deces-dun-proche/>

Hors Canada : le rôle d'Affaires mondiales Canada²³

Dans le cas d'un homicide survenu à l'**extérieur du pays**, c'est à Affaires mondiales Canada (AMC) qu'il faut se référer pour obtenir de l'information sur les circonstances du décès.

Affaires mondiales Canada est une agence fédérale responsable d'assurer la pérennité de toutes les relations diplomatiques du pays, en plus de faire la promotion du commerce à l'international et d'offrir des services consulaires. AMC veille par ailleurs à contribuer à des questions de sécurité nationale et de développement du droit international. Il faut préciser qu'il est possible que les agents des services consulaires ne puissent pas vous révéler le contenu des communications qui transigent entre le Canada et l'international, même si celles-ci concernent spécifiquement le décès de votre proche. Certaines covictimes ont vécu difficilement ce sentiment d'avoir été tenues à l'écart des démarches. Il faut savoir qu'il existe des directives auxquelles les instances gouvernementales sont tenues de se conformer dans des circonstances où deux pays sont impliqués, entre autres pour maintenir des relations positives à l'international. Quoi qu'il en soit, il est normal de ne pas tout comprendre des rouages de ce système et que cela génère des frustrations dans une situation comme la vôtre.

Afin de vous outiller pour mieux comprendre le rôle des agents consulaires, voici une liste de leurs **principaux mandats** lors de l'homicide d'un Canadien à l'étranger :

- Vous renseigner sur les procédures;
- Vous aider à informer le plus proche parent du défunt, au besoin;
- Vous fournir des conseils sur la manière de communiquer avec les autorités compétentes (police, hôpital, morgue et coroner) ou communiquer avec elles en votre nom au besoin;
- Trouver l'emplacement de la dépouille et vous renseigner sur les circonstances entourant le décès;
- Vous accompagner dans l'obtention des documents appropriés tels que le certificat de décès, les rapports d'autopsie et de police ainsi que les documents destinés aux compagnies d'assurance, le cas échéant;
- Aider à identifier la dépouille d'un citoyen canadien si vous, les autorités locales, la famille ou les amis n'êtes pas en mesure de le faire;
- Fournir une liste de laboratoires offrant des services d'identité judiciaire (ADN, fiches dentaires ou empreintes digitales, par exemple);
- Fournir une liste de fournisseurs de services funéraires locaux;
- Authentifier un certificat de décès local pour les assurances ou le rapatriement de la dépouille ou des cendres, lorsque ce certificat a été authentifié par le ministère des Affaires étrangères local, au besoin;
- Vous aider si vous avez des questions sur le passeport de la personne décédée ou si vous avez besoin d'un service lié à ce passeport.

²³ Gouvernement du Canada (2022, 20 juillet). *Décès à l'extérieur du Canada*. https://voyage.gc.ca/assistance/info-d-urgence/decès-a-l-etranger?_ga=2.131827343.1889808922.1656012638-312132195.1630006593&

Les bureaux du gouvernement du Canada à l'étranger ne peuvent pas :

- Payer l'inhumation, l'incinération ou le rapatriement de la dépouille d'un citoyen canadien décédé à l'étranger;
- Intervenir dans des affaires juridiques privées;
- Assurer la traduction de document;
- Prodiguer des conseils juridiques;
- Faire enquête ou intervenir dans une enquête locale;
- Récupérer les effets personnels de la personne défunte;
- Agir en tant que tiers ou désigner un tiers pour agir au nom du plus proche parent.

Il faut savoir que les agents consulaires risquent de ne pas être joignables en dehors des heures et des jours ouvrables. N'hésitez pas à vous informer sur l'horaire de travail de l'agent consulaire qui vous est attribué. L'idéal est de prévoir les communications en fonction de cet horaire et de vérifier la possibilité de convenir de modalités de communication dès votre premier contact avec lui.

RESSOURCES UTILES

- La rubrique *Décès à l'étranger* du gouvernement du Canada :
o https://voyage.gc.ca/assistance/info-d-urgence/decès-a-l-etranger?_ga=2.131827343.1889808922.1656012638-312132195.1630006593&
- Fiche d'information du gouvernement du Canada portant sur le décès à l'étranger :
o <https://voyage.gc.ca/docs/publications/decès-a-letranger.pdf>

Dévoiler ou annoncer à son tour les évènements : des choix personnels et des décisions qui s'imposent

Si le caractère médiatique du drame que subit votre famille peut faire en sorte que la nouvelle se propage rapidement, il est aussi probable que le contexte d'éloignement géographique puisse freiner la couverture médiatique au Québec. Dans ce cas, vous pourriez être confronté, dans divers contextes, à la décision de dévoiler ou non le drame dont vous êtes affligé. Les prochaines lignes font état de ce dilemme et des choix ayant été faits par les proches endeuillés rencontrés, mais également du rôle de courroie de transmission qui leur a été imposé.

Avec qui parler du drame ?

C'est une question qui s'impose à vous dès les premiers instants qui suivent l'annonce du décès : « est-ce que vous souhaitez contacter un proche pour vous soutenir ? » On ne le dira jamais assez : la réponse à cela devrait toujours être positive. Même si vous avez l'impression d'être trop chagriné, trop émotif, trop réactif... il est préférable de ne pas rester seul.

C'est par la suite que la question du dévoilement pourrait se présenter comme un véritable dilemme. Cette décision est entièrement personnelle : toutes les réponses sont bonnes et légitimes.

La seule ligne de conduite que vous devriez vous imposer est celle de respecter votre rythme. Confiez-vous lorsque vous sentez le moment opportun, à une personne bienveillante qui vous inspire un sentiment de confiance, et lorsque vous avez envie de le faire.

Vous pourriez, comme certaines covictimes rencontrées, choisir de vous ouvrir en présence de personnes qui démontrent une bonne capacité d'écoute, de sensibilité, d'empathie et un intérêt sincère envers vous et votre situation.

Ce dernier élément revêt d'ailleurs une importance particulière. Certaines covictimes ont rapporté avoir eu la perception d'avoir été questionnées par des personnes dont la motivation première semblait relever d'une curiosité déplacée.

Il va de soi que vous ne devriez jamais vous sentir redevable envers des personnes qui ne sont pas là pour les bonnes raisons. Ce que vous avez vécu vous appartient à tous égards et vos énergies devraient être économisées pour des enjeux qui se rapportent à vous-même et à votre rétablissement.

Les choix des proches endeuillés en matière de dévoilement sont variés. Certains ont manifesté le besoin de demeurer discrets par rapport à leur vécu. Si en soi, le fait de se replonger dans ces douloureux moments peut justifier de s'abstenir de raconter son expérience, d'autres ont conservé l'anonymat pour éviter de se voir accoler une « étiquette » ou d'être confrontés à la « pitié » des autres. Il est vrai que le regard des autres peut être appelé à changer. Ceci découle le plus souvent d'une véritable empathie qui vous est portée, mais il est possible que ce changement dans la perception que les autres ont de vous puisse vous incommoder. Ce regard peut en effet agir comme un constant rappel de ce que vous avez vécu.

N'hésitez pas à aborder le sujet avec les proches qui sont informés de ce que vous traversez. Il peut être bénéfique pour les relations qui vous sont chères de verbaliser vos perceptions et de parler de ce que cela vous fait vivre. Vous pourriez aussi aborder la manière dont vous aimeriez que l'on interagisse avec vous. Ces discussions peuvent aider à faire tomber les barrières à l'origine des maladroites de l'entourage.

Pour certaines personnes, c'est le statut professionnel qui fera en sorte que l'on préférera garder une certaine forme d'anonymat. À ce sujet, une covictime a expliqué que c'était la crainte de se voir discréditée dans son rôle professionnel qui l'a encouragée à éviter les projecteurs et à garder le silence.

Inversement, d'autres ont soulevé des aspects positifs se rapportant au dévoilement. L'une des proches survivantes avance que l'idée de faire preuve de transparence par rapport à son expérience est entrevue comme une stratégie de lutte contre la stigmatisation et les tabous associés à la mort et à l'homicide.

Faut-il en parler dans son milieu de travail ?

Un autre enjeu qui s'impose est la question du **dévoilement dans le milieu de travail**. Que dire à son employeur ? Est-ce qu'il est nécessaire, obligatoire ou approprié d'entrer dans les détails de sa situation personnelle ? Tout cela dépend de plusieurs aspects tels que le type d'emploi que vous occupez, la qualité des relations que vous entretenez avec votre gestionnaire et vos collègues et vos valeurs personnelles.

Pour la majorité, un arrêt de travail s'est avéré de première nécessité et ce, dans un très court délai. C'est dans ce contexte que certains informent employeur et collègues quelques heures à peine après avoir été prévenus du décès, afin d'expliquer les motifs de cette absence inopinée et indéterminée.

« Je pense qu'il était 4h30 ou 5h. Je me suis habillée, je suis allée au travail, j'ai attendu que mes collègues arrivent et j'ai expliqué la situation. J'ai dit "j'emballer mes affaires et je ne sais pas quand je reviens". »

- Évelyne

Si vous vous trouviez au travail lorsqu'on vous a contacté pour vous notifier du décès, vos collègues et employeur ont peut-être appris la situation en même temps que vous. José, qui a lui aussi été prévenu du décès de son frère alors qu'il était au travail, se souvient d'avoir pris quelques minutes pour exposer brièvement à son supérieur la situation dans laquelle il venait d'être plongé.

**« J'ai dit "écoute, mon frère a été... il vient de se faire assassiner, je dois quitter".
Ils ont été très compréhensifs. »**

- José

Évelyne a aussi décidé de se montrer très transparente à ce sujet dès le premier contact avec un futur employeur. Elle a choisi d'adopter cette approche à la suite d'une mauvaise expérience antérieure où elle avait été malmenée par un employeur qui avait manqué de sensibilité vis-à-vis sa situation. Cette stratégie lui a notamment permis d'établir les bases de cette nouvelle relation professionnelle et de clarifier ses attentes.

« Je me suis trouvé un autre emploi quand j'ai été apte. Je suis arrivée à l'entrevue et je l'ai dit : "voici ce que je viens de vivre". [...] Puis finalement, ils m'ont gardée, ils m'ont promue, et je suis partie il y a peu de temps. C'était top. J'ai eu une super belle expérience. Ils m'ont respectée là-dedans. »

- Évelyne

RESSOURCES UTILES

— Le Guide de retour à l'emploi de l'Association de Familles de Personnes assassinées ou disparues (AFPAD)

Il s'agit d'un guide de soutien qui s'adresse « aux employeurs, aux services des ressources humaines, aux syndicats, aux professionnels et intervenants du milieu, aux collègues ainsi qu'aux travailleurs de retour en emploi. ».

L'AFPAD peut vous acheminer gratuitement une copie imprimée par voie postale. Vous pouvez en faire la demande en communiquant vos coordonnées complètes à administration@afpad.ca ou par téléphone au **1 877 484-0404**.²⁴

o Lien vers le guide en format PDF : <https://afpad.ca/wp-content/uploads/2023/01/guide-retour-travail-apres-drame.pdf>

²⁴ Association des Familles de Personnes Assassinées ou Disparues (2022). Guide de retour en emploi. <https://afpad.ca/guide-de-retour-en-emploi/>

Les annonces qui s'imposent : agir à son tour comme déclarant

Puisque les instances gouvernementales et les autorités policières s'adressent généralement à un seul représentant de la famille, il est possible que vous revienne la rude tâche de reléguer la triste nouvelle à l'entourage de la personne défunte.

Même pour des intervenants chevronnés, annoncer un décès – surtout quand celui-ci survient dans des circonstances aussi bouleversantes – est une tâche extrêmement exigeante sur le plan humain. Plusieurs questions s'imposent aux personnes responsables de diffuser l'information : Quels mots utiliser ? Quel est le bon terme à mettre de l'avant ? Quels détails divulguer ? On ne veut évidemment pas mentir, mais on ne veut pas divulguer des détails qui pourraient blesser inutilement. On peut également appréhender les réactions, craindre de ne pas trouver les bons mots ou de figer devant l'ampleur la tâche. Il y a également toute la charge émotive de la personne qui reçoit la nouvelle qui doit être absorbée, alors que vous êtes vous-même éploré.

« J'avais une boule à l'intérieur de l'estomac. C'était épouvantable. [...] Puis là, les enfants reviennent avec leur petit sac à dos de l'école. [...] Tu veux être protecteur, tu veux être rassurant. En même temps, il fallait dire les choses. »
- Évelyne

Cette responsabilité peut s'avérer d'autant plus complexe lorsque des enfants sont impliqués. Non seulement il est bouleversant d'être témoin de la détresse d'un enfant, mais il est également recommandé de se souscrire à certaines balises dans la manière de leur communiquer les faits.

Vous n'êtes pas forcé de porter tout ce poids à vous seul: permettez-vous de partager la responsabilité, soit en demandant à une personne de confiance de vous accompagner durant l'annonce si vous souhaitez la communiquer vous-même, ou en permettant à d'autres personnes de le faire sans vous.



Quelques conseils pratiques pour aborder le sujet de la mort avec un enfant^{25 26 27}

- Il faut être clair et éviter les termes vagues ou l'utilisation des expressions comme « s'endormir », « partir », « s'en aller » ou « aller au ciel ».
- Il est important que l'enfant comprenne que lorsqu'une personne décède, c'est « pour toujours et qu'elle ne revient pas ».
- Expliquer la vraie cause du décès.
- Aborder l'homicide avec chaleur, sensibilité et honnêteté.
- Adapter le discours à son âge et s'en tenir à l'essentiel. Bien qu'il soit conseillé de demeurer aussi franc et ouvert que possible, il n'est évidemment pas nécessaire de divulguer des détails sordides sanglants.
- Démontrer de l'affection. Prendre l'enfant dans ses bras. C'est aussi correct de pleurer avec lui; cela lui permet de voir que ces émotions sont normales et partagées, même par les adultes.
- Permettez à votre enfant d'être maître de la discussion : encouragez-le à poser des questions et à s'exprimer.
- Des questions peuvent vous prendre par surprise. Les enfants sont curieux et souvent mieux informés que ce à quoi on pourrait s'attendre.
- Vous pouvez lui dire que vous ne savez pas tout et que certaines choses sont difficiles à comprendre, même pour les adultes.
- Posez, vous aussi, des questions afin de vérifier le niveau de compréhension.
- Vous pouvez le rassurer en lui nommant qu'il sera toujours possible de se rappeler de beaux souvenirs et de se remémorer de bons moments passés avec la personne.

²⁵ Naître et grandir (2020). *Covid-19 : comment annoncer la mort d'un proche à un enfant*. <https://naitreetgrandir.com/fr/nouvelles/2020/04/16/covid-19-comment-annoncer-mort-proche-enfant-durant-pandemie/#:~:text=Les%20parents%20devraient%20annoncer%20rapidement,passe%20quelque%20chose%20de%20s%C3%A9rieux.>

²⁶ Naître et grandir (2018, février). *Le deuil chez l'enfant*. <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/vie-famille/fiche.aspx?doc=mort-deuil-enfant>

²⁷ Magnus Poirier (2023). *Conseils utiles pour annoncer un décès aux enfants*. <https://www.magnuspoirier.com/fr/actualites/questions-reponses/comment-annoncer-un-deces-aux-enfants>

RESSOURCES UTILES

— Deuil-Jeunesse

o Téléphone (sans frais) : 1 855 889-3666

o Site internet : <https://deuil-jeunesse.com/a-propos/>

D'autres outils pour aborder le décès d'un proche avec un enfant :

— Les rubriques du guide *Naître et grandir*

o <https://naitreetgrandir.com/fr/nouvelles/2020/04/16/covid-19-comment-annoncer-mort-proche-enfant-durant-pandemie/#:~:text=Les%20parents%20devraient%20annoncer%20rapidement,passe%20quelque%20chose%20de%20s%C3%A9rieux.>

o <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/vie-famille/fiche.aspx?doc=mort-deuil-enfant>

— La rubrique *Conseils utiles pour annoncer un décès aux enfants* sur le site internet des services funéraires Magnus Poirier

o <https://www.magnuspoirier.com/fr/actualites/questions-reponses/comment-annoncer-un-deces-aux-enfants>



Quelques pistes d'apaisement des proches endeuillés

OBTENIR LES CONSEILS D'INTERVENANTS PSYCHOSOCIAUX

« Ils s'attendaient à voir leur mère quand ils arriveraient de l'école. Alors, qu'est-ce qu'on dit ? Est-ce qu'on dit la vérité ? Est-ce qu'on la cache ? [Les intervenants psychosociaux], nous ont dit "vous dites la vérité, à petite dose. Il faut que vous soyez très encadrants, mais il n'y a pas de mensonge. [...] Le lien de confiance est important". »
- Évelyne

LE PARTAGE DE RESPONSABILITÉS

« Je n'ai pas appelé tout le monde. Ma femme a appelé son amie. Moi, j'ai appelé ma sœur et mon frère. Je pense que j'ai dit à ma petite sœur "je ne suis pas capable. Appelle tout le monde." »
- Jean

Les réactions que vous pourriez rencontrer

Les proches endeuillés d'un homicide sont confrontés à un éventail de réactions. Les prochains paragraphes font état des différentes rétroactions que vous pourriez recevoir après vous être confié sur le drame. Vous remarquerez que la seconde section porte sur des réactions plutôt maladroitement auxquelles vous pourriez être confronté. L'objectif n'est absolument pas de vous amener à les appréhender, mais plutôt de vous y préparer et de vous outiller pour y faire face.

Les réactions bienveillantes

La majorité des personnes endeuillées rencontrées ont évoqué avoir été touchées par la vague d'amour et de soutien ayant déferlé dans un court délai suivant le drame.

« Il y a eu une telle effusion d'amour et de soutien de la part de tant de gens. C'était remarquable de voir le nombre de personnes de ton réseau qui se soucient réellement de toi. Le soutien est arrivé d'une manière inattendue. [...] Des gens que tu ne connais peut-être pas très bien ou que tu ne vois pas très souvent, mais avec qui tu réalises qu'il y a des liens forts. Il y a eu une sorte de toile d'amour qui s'est formée, en provenance de différents coins de ma vie. »

- Émy

Le réseau d'amitié est généralement considéré comme une source de soutien importante. Stéphanie témoigne d'ailleurs de toute la reconnaissance qu'elle porte à l'égard de ces amitiés qu'elle estime très précieuses :

« Le support des copines, des bons amis qui sont là, sur qui tu peux compter, qui vont essayer de te changer les idées, ça change beaucoup de choses. C'est un cadeau. [...] Le fait qu'ils soient là, c'est réconfortant encore à ce jour. »

- Stéphanie

Puisqu'ils sont généralement moins imprégnés du drame que la plupart des membres de la famille immédiate, les amis sont de bons candidats vers qui se tourner lorsque vous avez besoin de vous « changer les idées ».

Les cérémonies et les rites funéraires ont également été perçus comme ces circonstances favorisant le soutien émotionnel ponctuel. Bien que certaines démonstrations puissent ne s'avérer que passagères, la présence de l'entourage aux cérémonies est accueillie positivement.

« Au début, ce qui a fait du bien, c'est tout l'amour et le soutien. Quand on a fait une cérémonie pour ma mère, il y a des personnes de beaucoup d'époques qui sont réapparues. Elles ne sont pas nécessairement restées, mais elles sont quand même venues et cela m'a beaucoup touchée. »

- Stéphanie

Si ces manifestations empathiques peuvent vous toucher positivement, elles peuvent aussi – surtout lorsqu'elles surviennent en très grand nombre – se faire quelque peu envahissantes. Avec les nouvelles technologies, il est désormais assez commun de recevoir d'innombrables mots de condoléances par messagerie texte ou par la voie des réseaux sociaux. Il est normal que vous vous sentiez submergé par ce flux de sympathies et que le temps et l'énergie vous manquent pour offrir une réponse personnalisée à chacun.

Pour certains, il peut être difficile de constater que cette affection, qui est portée momentanément, ne perdure pas. Trop souvent, hélas, une fois les sympathies transmises, chacun reprend son train-train quotidien. Toutes ces manifestations d'amour dont vous avez été inondé les premiers temps s'estompent peu à peu et le sentiment de solitude peut revenir à la charge. De nombreuses personnes ont vécu la mort d'un être cher; peu ont vécu un décès dans des circonstances criminelles et encore moins dans un contexte aussi complexe que celui d'un homicide hors Québec. Vous pourriez avoir l'impression que votre douleur est incomprise, et elle l'est probablement.

C'est pourquoi plusieurs proches de victimes d'homicide s'entourent de personnes ayant un vécu similaire au leur, par l'entremise d'un organisme tel que l'AFPAD. Cette association offre des rencontres régulières destinées aux proches endeuillés dans le but de briser l'isolement et de vous soutenir aussi longtemps que besoin.

Plusieurs se souviennent avoir reçu des formes d'aide pratiques et concrètes : la préparation de petits plats, l'aide dans les tâches ménagères, le gardiennage des enfants ou des animaux domestiques en sont quelques exemples. Certains ont pu également bénéficier de l'expertise de personnes de l'entourage qui œuvraient dans le domaine juridique, notarial ou funéraire.

Ne soyez pas mal à l'aise ou gêné de ces élans de générosité qui vous sont portés. Si on vous l'offre, l'aide est de bon cœur. Accueillez-la favorablement et profitez-en pour souffler.

Parfois, l'aide apportée peut se faire plus discrète. Tous ne sont pas à l'aise avec l'expression des émotions. D'autres sont mal à l'aise avec la mort ou la détresse émotionnelle. Certaines personnes peuvent ainsi veiller sur vous par d'autres moyens, « dans l'ombre » ou à distance, en prenant de vos nouvelles via une tierce personne, par exemple.

Les réactions maladroites

Si la très grande majorité des personnes qui sont au fait du drame sont bien intentionnées, cela n'empêche pas qu'elles puissent réagir de manière extrêmement maladroite.

« Quand elle est décédée, elle avait emménagé [là-bas] à temps plein [...], mais elle avait encore beaucoup de choses au Canada. Les gens ont commencé à venir [déposer] toutes ses affaires chez moi. »

- Stéphanie

Quoiqu'elles visent rarement à vous vexer de manière volontaire, certaines réactions peuvent vous faire vivre des émotions négatives. S'il peut vous paraître évident que certains propos sont à proscrire auprès d'une personne dans votre situation, tous ne sont pas sensibilisés à la portée de leurs attitudes.

Vous pourriez notamment être confronté à des commentaires qui vous paraîtront insensibles ou culpabilisants. Par exemple, on pourrait vous reprocher certains agissements ou remettre en question votre manière de composer avec la perte de l'être cher. Un proche endeuillé a notamment fait mention d'une situation où il lui avait été suggéré par un collègue de retirer la photo de son frère assassiné affichée sur son poste de travail. Pour José, cette photo évoque des sentiments se rapportant à l'amour; pour les autres, elle est synonyme de souffrance.

« Les gens disent "laisse-le partir. [...] Tu le déranges. Tu ne le laisses pas aller". »

- José

Cette expérience est loin d'être unique. Plusieurs rapportent avoir accueilli difficilement les conseils non sollicités qui avaient pour objectif de les encourager à passer à autre chose, à « laisser partir » la personne assassinée ou à « fermer la boucle ». À ce sujet, plusieurs covictimes ont avancé l'idée que l'être humain est trop peu préparé à la mort, sujet encore empreint de tabous.

« On n'est pas préparé. [...] Ils disent "il est parti au ciel, il va bien maintenant". Tout cela, je n'y trouve pas de sens. Je ne juge pas [mais] je pense que l'être humain n'est pas préparé à la mort. On met la mort de côté. » -

José

Devant l'appréhension de ces situations, vous pourriez être tenté d'éviter les interactions sociales. Or, la clé est plutôt de trouver un équilibre en choisissant les personnes avec qui vous passez du temps pour privilégier celles qui sont bénéfiques pour votre bien-être.

Et puisque le drame est survenu hors Québec, il est possible que vous ayez à composer avec certaines réactions particulièrement culpabilisantes. Certains individus tendent à associer les déplacements en territoires étrangers à un risque qui doit être assumé par le voyageur et attribuer une certaine part de responsabilité du malheur à la victime.

« Pour elle, c'était comme écrit dans le ciel que cela pouvait arriver à ma mère. J'ai senti qu'elle était indifférente. »

- Lina

Le blâme de la victime (« victim blaming ») ... qu'est-ce que c'est?

Le blâme de la victime, phénomène mieux connu sous son appellation anglophone « victim blaming », est associé au fait de tenir une victime responsable – en tout ou en partie – du crime qu'elle a subi. Cette réaction sociale peut se traduire par des paroles, des gestes ou des attitudes dévalorisantes de la part de différents acteurs : l'entourage immédiat ou élargi, les agences gouvernementales, les professionnels de la santé, les médias ou la société en général. Il peut s'agir de reprocher certains comportements à la personne victime (tels que voyager à l'étranger) ou de la dépeindre à tort comme un individu passif ayant toléré la violence subie, par exemple. Plusieurs facteurs peuvent expliquer ce phénomène. Le plus souvent, toutefois, ces attitudes sont le résultat de biais cognitifs qui découlent de l'incompréhension et de la perpétuation de mythes associés à la victimisation et à la violence. Les experts qui se sont intéressés à cette question sont parvenus à élaborer un certain nombre de théories explicatives du blâme de la victime. Les plus courantes sont l'erreur d'attribution, la théorie de l'invulnérabilité et la croyance en un monde juste (nous verrons cette dernière de manière plus détaillée en page 69). En matière d'homicides, il est malheureusement courant d'entendre des commentaires qui peuvent remettre en doute l'innocence de la victime. Ceux-ci peuvent comprendre le fait de remettre en question son mode de vie ou de contester le lien qui unissait la victime et l'auteur de l'homicide. Il va de soi que ces attitudes sont très blessantes pour les proches endeuillés.²⁸

Une autre des covictimes rencontrées est demeurée avec l'impression que le contexte hors Québec eut pour effet de rendre l'homicide moins réel ou moins crédible aux yeux de certaines personnes. Cette situation s'est présentée alors qu'elle avait demandé certains accommodements à des professeurs de l'université qu'elle fréquentait.

« Vu que cela ne s'était pas présenté au Québec, les professeurs n'avaient pas vraiment d'empathie à la cause... c'est comme s'ils n'y croyaient pas vraiment. »

- Élyse

D'autres personnes pourraient, au contraire, vous témoigner des marques d'empathie de façon plutôt malhabile, en partageant des difficultés personnelles. Or, celles-ci vous apparaîtront futiles en comparative à la teneur de votre drame, qui est incontestablement l'épreuve la plus rude qu'un être humain puisse traverser. Cette façon de réagir pourrait vous faire ressentir de la frustration et alimenter le sentiment d'être incompris.

²⁸ Centre canadien de ressources pour les victimes de crimes (2009, août). *Victim blaming*. https://crcvc.ca/docs/victim_blaming.pdf

La victimisation secondaire...qu'est-ce que c'est ?

La victimisation secondaire est un concept introduit en 1980 dans le domaine de la criminologie, et plus spécifiquement celui de la victimologie, par Martin Symonds (ancien policier et psychiatre). Cette notion réfère aux conséquences indirectes du crime, soit au fait de subir de nouvelles souffrances infligées par l'entourage, les institutions judiciaires et sociales ou même les médias. Plus spécifiquement, « les blessures secondaires réfèrent à la douleur et aux souffrances psychologiques infligées aux victimes, quelquefois bien involontairement, par la famille, les proches, la police, les agences sociales, les tribunaux. Elles résultent souvent du manque de soutien auquel s'attend la victime de la part de son entourage, des services censés lui venir en aide ou de la communauté en général »²⁹ Celles-ci peuvent donc être le résultat d'attitudes, de réactions ou de comportements plus ou moins volontaires et conscients. Néanmoins, le manque de soutien, le blâme, les interrogations intrusives, le fait de devoir répéter son histoire à de multiples reprises, la surprotection et la banalisation font partie des attitudes mésadaptées qui contribuent à la victimisation secondaire. En résumé, même si elles sont parfois le résultat de simples maladresses³⁰, il n'en demeure pas moins que celui qui s'y voit confronté est à risque de subir des blessures secondaires.

Quelques pistes d'apaisement des proches endeuillés

SE CONFIER À UN PROFESSIONNEL

« C'est pour ça que tu vois un psychologue, parce que les gens autour de toi peuvent faire preuve de maladresses. »

- Claire

S'ENTOURER DE PERSONNES BIENVEILLANTES

« Être avec des gens autour de toi qui disent " passe à autre chose " ... c'est très invalidant. C'est très fâchant. [...] [Il faut] mettre ses limites et s'entourer de gens qui, justement, vont valider [et non] dévaluer notre souffrance. C'est important. »

- Stéphanie

²⁹ Engel (1993), cité dans Gaudreault, A. (1997). *Les médias face à la violence envers les femmes. Table ronde organisée par le Centre de recherche interdisciplinaire sur la violence familiale et la violence faite aux femmes*. Université de Montréal. Association québécoise Plaidoyer-Victimes (APVQ). <https://collections.banq.qc.ca/ark:/52327/60788>

³⁰ Gaudreault, A. (2004). Notion de victimisation secondaire. Dans G. Lopez et S. Tzitzis (Dir.), *Dictionnaire des sciences criminelles*. Dalloz.

Les conseils d'une proche endeuillée pour l'entourage

ÉVITER LES CONSEILS NON SOLLICITÉS

« Tourner la page, ce n'est vraiment pas quelque chose à dire, parce que ce n'est pas un deuil ordinaire. Pour moi, personnellement, ce n'est même pas un deuil. C'est toujours avec moi. [...] Cela prend une place dans ma tête, dans mon cœur. Je sais que je ne peux pas tourner la page. »

- Claire

ÉVITER LES ÉTIQUETTES

« Je n'aime pas quand on m'identifie à cet évènement-là. Je suis une personne, je ne suis pas juste la mère d'un enfant assassiné. J'étais quelqu'un avant et je suis encore quelqu'un aujourd'hui. Quelqu'un de différent, mais je ne veux pas être complètement identifiée à cet épouvantable évènement. »

- Claire



Les silences et les non-dits

Une autre des réactions communes se situe complètement à l'opposé des réactions présentées dans la dernière sous-section. Certains amis, collègues ou membres de la famille peuvent opter pour le silence plutôt que de prendre le risque de vous blesser en évoquant les événements ou même le nom de l'être cher. Plusieurs endeuillés ont observé cette dynamique qui s'est installée au sein de la cellule familiale qui favorise l'évitement du sujet.

« Ce n'est pas facile. [...] On ne sait pas comment notre fils vit ça. Il ne nous en parle pas [et] on ne lui en parle pas non plus. »

- Jean

Un autre proche survivant se souvient d'avoir perdu contact avec certaines personnes du réseau de la personne assassinée avec qui il entretenait pourtant autrefois des liens significatifs. Tel que soulevé par Jean, ce silence peut faire office de stratégie de protection pour certaines personnes :

Plusieurs facteurs peuvent influencer la façon dont les événements seront traités au sein d'une relation ou d'un groupe de personnes. Il est possible que les discussions apparaissent plus fluides avec certaines personnes qu'avec d'autres.

« Entre mon fils et moi, on n'en parle jamais. Cela n'existe pas. [Avec] ma fille, on en parle un peu plus. On est un peu plus bavardes là-dessus. »

- Sylvie

« On n'a presque plus de contact. [...] On l'appelle, mais elle ne rappelle pas. [...] Elle ne nous éloigne pas, elle ne nous hait pas : elle se protège. » - Jean

Ces silences et ces non-dits peuvent être décevants et frustrants, en plus de contribuer à un sentiment d'isolement, mais ils peuvent aussi être perçus comme de puissantes marques de sympathie. Un proche endeuillé a témoigné du sentiment d'apaisement ressenti lorsqu'il a appris qu'un ami très proche, dévasté par le décès, s'était senti incapable d'assister aux funérailles de la défunte. L'idée que cette souffrance soit partagée aussi vivement par quelqu'un d'autre eut, dans ce cas précis, l'effet d'un baume.

Lors de votre **retour au travail**, vous pourriez également être confronté au malaise de certains de vos collègues. Puisque les relations entretenues dans le milieu de travail sont le plus souvent de nature professionnelle, il n'est pas rare que les patrons et les collègues hésitent à aborder le sujet, ignorant si vous serez à l'aise d'en discuter avec eux ou ne sachant quelle attitude adopter.

« Ils n'ont rien dit. Ils n'osent pas parler tellement. On dirait qu'ils sont mal à l'aise, peut-être ? » - Élyse

Certains employeurs, à tout le moins, veilleront à référer le travailleur endeuillé au programme d'aide aux employés

Lorsque le silence vous pèse, permettez-vous de le briser. Exprimer ce que vous ressentez est un bon point de départ pour ouvrir la porte à ceux qui hésitent à aborder le sujet par crainte de vous blesser. N'hésitez pas à leur faire part de vos attentes dans la manière de vous approcher.

RESSOURCES UTILES

— **Le guide *Une personne que j'aime a été tuée...* conçu par le Centre d'aide aux victimes d'actes criminels**

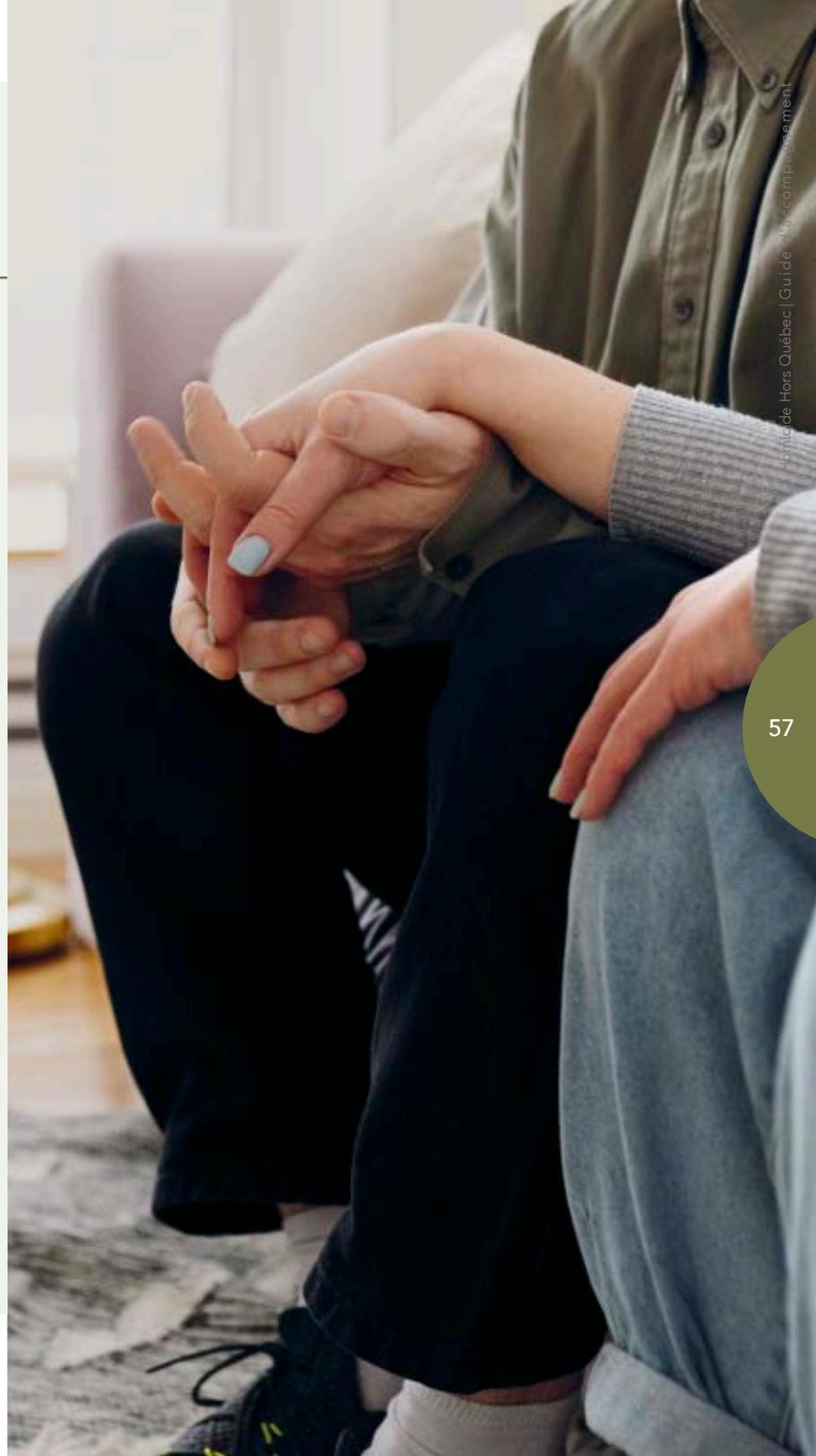
Il s'agit d'un guide à l'intention des proches de personnes assassinées qui aborde différents sujets se rapportant à l'homicide d'un être cher. Les réactions des proches y sont notamment abordées. Des conseils à l'entourage d'une personne endeuillée y sont également proposés.

o Lien vers le guide en format PDF : https://cavac.qc.ca/wp-content/uploads/2022/02/guide-proches_une-personne-que-jaime-a-t-tue.pdf

10 règles d'or lorsque vous apportez votre aide à une personne endeuillée³¹

- 1) Acceptez que la durée du deuil puisse être longue et respectez le rythme de la personne endeuillée;
- 2) Restez disponible, à l'écoute et réconfortant;
- 3) Persistez au-delà des deux premières semaines;
- 4) Évitez les commentaires ou les conseils qui pourraient être perçus comme des jugements;
- 5) Encouragez l'expression des émotions et des sentiments;
- 6) N'hésitez pas à parler de la personne décédée;
- 7) Si vous ne savez pas quoi dire à la personne, ne dites rien ou nommez-lui que les mots vous manquent;
- 8) Prenez des nouvelles régulièrement. Elle a besoin de savoir que l'on se soucie d'elle;
- 9) Initiez les contacts et prenez les devants. La personne endeuillée hésite souvent à demander de l'aide;
- 10) Offrez à la personne endeuillée de vous occuper de certaines tâches quotidiennes, comme du ménage, de l'épicerie ou préparez-lui vous-même un repas ou des collations nutritives.

³¹ Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) de Montréal. (s.d.). Une personne que j'aime a été tuée... : Guide à l'intention des proches de personnes assassinées. https://cavac.qc.ca/wp-content/uploads/2022/02/guide-proches_une-personne-que-j'aime-a-t-tue.pdf



L'implication des médias du Québec et d'ailleurs

Les médias traditionnels

Dans les situations où un crime est à l'origine d'un décès, les probabilités que l'évènement fasse l'objet d'une intervention médiatique sont élevées et les proches de la victime sont considérés comme des personnes clés aux yeux des médias. Des journalistes pourraient vous solliciter afin de recueillir vos commentaires de façon spontanée ou dans le cadre d'une entrevue formelle. La plupart du temps, ceux-ci sont appelés à réagir rapidement et à publier « à chaud » les circonstances du drame qui sont considérées d'intérêt public. Il faut garder en perspective que la diffusion des faits divers se rapportant à la criminalité dans les médias s'inscrit dans un droit à l'information du public et tout un système de liberté de presse. Les positions des proches survivants par rapport à l'implication des médias sont mitigées et sujettes à évoluer au fil du temps et de leurs besoins.

Ce que dit la RECHERCHE SCIENTIFIQUE



Comme soulevé par la chercheuse Catherine Rossi dans son livre « Homicide : les proches des victimes », la dualité amour-haine qui caractérise la relation entre les proches de victimes d'homicide et les médias est bien documentée dans les écrits scientifiques. D'un côté, certains auteurs font état des blessures secondaires pouvant découler de l'intrusion médiatique dans la vie des proches dont le deuil est alors transformé en un objet d'intérêt public; de l'information qui peut se voir déformée, de même que du dévoilement de détails intimes au grand public. Inversement, certaines victimes font le choix stratégique de faire alliance avec les agences médiatiques. Les médias peuvent alors offrir une tribune de choix permettant de « pérenniser la mémoire et préserver l'oubli » des victimes ayant perdu la vie dans des circonstances criminelles³²

Les effets négatifs de l'intervention médiatique³³

L'implication des médias peut renforcer le sentiment de perte de contrôle dont peuvent être affligées les covictimes d'un homicide. Les stratégies employées par les médias pour obtenir de l'information sont également contestées au sein de la littérature: on peut notamment leur reprocher d'aborder les victimes et les survivants à des moments inopportuns, de fouiller leur passé afin d'y repérer des détails négatifs et de prendre des photos intrusives et indélicates. La façon dont le public réagira par la suite à ces communications publiques peut entraîner des conséquences dévastatrices sur le processus de rétablissement, pouvant aller jusqu'à exacerber certains traumatismes.

³² Rossi, C. (2013). Homicide: Les proches des victimes. L'harmattan.

³³ Van de Merwe, A. (2017). Victims and the media. Dans Roberson, C. (dir.), *Handbook on victims' issues in criminal justice* (1^{re} édition, p.263-274). Routledge, Taylor & Francis Group. <https://www-taylorfrancis-com.acces.bibl.ulaval.ca/chapters/edit/10.4324/9781315644967-25/victims-media-annette-van-de-merwe?context=ubx&refid=2fe13fc7-afe8-41ba-9fd7-efb806d8e9f8>

Les effets positifs de l'intervention médiatique³⁴

- 1) Les reportages ou les documentaires portant sur des faits vécus permettent d'informer, de sensibiliser et d'éduquer le grand public. Ils peuvent mettre en lumière certains enjeux spécifiques à un type de crime, sensibiliser les membres du public aux conséquences du crime ou renseigner une communauté sur la récurrence d'événements similaires, en plus de faire reconnaître la complexité du phénomène et d'améliorer sa compréhension par le public. La collaboration des survivants d'actes criminels peut permettre aux médias de reléguer des informations justes et pertinentes.
- 2) La divulgation de certaines informations dans les médias peut s'avérer bénéfique à l'enquête policière (lorsqu'il y a concertation avec les enquêteurs).
- 3) Lorsqu'une personne a perdu la vie à la suite d'un crime, se souvenir publiquement de cette personne peut être une manière de lui rendre hommage.
- 4) Il s'agit, pour certaines personnes, d'une occasion de raconter leur histoire personnelle selon leurs propres termes. Se raconter dans les médias peut générer un sentiment de validation, en plus de contribuer à humaniser le vécu des survivants d'actes criminels aux yeux du public.
- 5) Les victimes qui choisissent de vendre leur histoire à la presse (p. ex. en rédigeant une œuvre littéraire de type biographique) peuvent tirer un avantage financier de leurs épreuves.

Comment répondre aux demandes médiatiques ?

Chacun compose à sa manière avec les demandes des médias. C'est un choix personnel et toutes les réponses sont bonnes, tant qu'elles sont vôtres.

Beaucoup de proches endeuillés font le choix de ne pas accorder d'entrevue, surtout dans les premiers jours après avoir appris le décès de l'être aimé, alors que l'affliction est à son plus vif. Il s'agit d'une période où vous êtes particulièrement vulnérable et où il peut être très difficile de maintenir son discours à un niveau rationnel et objectif.

Deux covictimes d'un homicide survenu dans une autre province canadienne ont soulevé avoir été « épargnées », l'éloignement géographique leur ayant permis de demeurer en quelque sorte hors d'atteinte de l'attention médiatique québécoise. Cette particularité liée au contexte hors Québec était alors vécue comme un soulagement.

« C'est sûr qu'au Québec, ça aurait été médiatisé. Je n'aurais pas pu y échapper. »

- Claire

³⁴ Van de Merwe, A. (2017). Victims and the media. Dans Roberson, C. (dir.), *Handbook on victims' issues in criminal justice* (1^{re} édition, p.263-274). Routledge, Taylor & Francis Group. <https://www.taylorfrancis.com/acces.bibl.ulaval.ca/chapters/edit/10.4324/9781315644967-25/victims-media-annette-van-de-merwe?context=ubx&refid=2fe13fc7-afe8-41ba-9fd7-efb806d8e9f8>

Tous les proches des victimes d'homicide n'ont cependant pas pu éviter les effets médiatiques qui s'ensuivent généralement lors de la commission de crimes graves tels que celui-ci. Le contexte particulier qui se dégage de l'homicide d'un Canadien à l'étranger peut, au contraire, générer une attention médiatique étourdissante.

Si des procédures judiciaires sont enclenchées, il est possible qu'elles ravivent l'intérêt médiatique malgré une certaine accalmie subséquente au premier engouement pour l'affaire.

« Même après, lors du procès, ils étaient encore après moi. J'ai dit "écoutez, je vais vous expliquer quelque chose. [...] Je n'ai pas envie qu'on me revienne là-dessus tout le temps. Je ne veux pas parler aux médias. [...] C'est déjà assez dur comme ça". »

- Claire

Si cette covictime a eu la générosité d'expliquer les motifs de son refus, souvenez-vous que vous n'êtes absolument pas tenu de le faire. Ce choix vous appartient, tout comme les motifs qui le soutiennent.

Des pratiques journalistiques envahissantes

Quoique nombre de journalistes veilleront à demeurer courtois et respectueux, il importe de souligner que les personnes qui œuvrent dans le milieu médiatique ne sont pas toujours habilitées pour aborder les personnes victimes. De ce fait, vous pourriez percevoir un certain manque de délicatesse chez certaines.

« C'est juste du sensationnalisme. Ils ne veulent pas vraiment savoir comment tu te sens. [...] Ils veulent juste une photo du moment. »

- Élyse

Les pratiques journalistiques peuvent également s'avérer intrusives. Certains journalistes peuvent aller jusqu'à faire usage de ruses pour soutirer de l'information aux familles. Parmi les exemples les plus saisissants, certains ont relaté avoir été piégés par l'usage de stratagèmes non éthiques.

« Il y a un journaliste qui nous a appelés. Il s'est fait passer pour l'entrepreneur des pierres tombales. [...] On n'avait même pas commandé les pierres tombales. »

- Jean

Ce que dit la RECHERCHE SCIENTIFIQUE



Les journalistes peuvent eux-mêmes subir des pressions importantes de la part de leur supérieur. Dans un rapport de recherche issu d'un comité d'étude portant sur le traitement médiatique des homicides intrafamiliaux, certains journalistes confiaient que leurs patrons pouvaient se montrer très insistants afin que la source la plus proche du drame soit interrogée. Cette pression exercée par les dirigeants peut être d'autant plus ardente si une boîte médiatique concurrente obtient des informations la première et les journalistes peuvent se voir accablés de reproches.³⁵ Bien que cet objet de recherche ait été peu exploré jusqu'à présent, quelques études font aussi état de la détresse psychologique vécue chez les journalistes qui doivent assurer la couverture médiatique d'évènements tragiques³⁶ et qui sont exposés à des images violentes ou perturbantes sur une période prolongée.³⁷

Il faut également garder en tête que les médias ont un mandat à réaliser, soit celui d'informer le public. Pour y arriver, certaines pratiques journalistiques plus ou moins consciencieuses peuvent être mises à contribution, dont celle de passer au crible les réseaux sociaux de la personne défunte, ou de solliciter l'entourage éloigné : un employeur, un ex-conjoint, un ami d'enfance ou une belle-sœur. Vous ne pourrez évidemment pas contrôler tout ce qui est divulgué.

L'information sur laquelle les médias mettront la main pourrait ne pas toujours être véridique ou actuelle, ce qui pourrait s'avérer très frustrant. Les proches qui ont vécu cette situation ont qualifié ces moments de « vraiment difficiles » et « intenses ». Lorsque la vie privée ou la vie de famille est erronément exposée de la sorte sur la place publique, il est normal d'être rongé par l'envie de raconter la vraie histoire et de tracer le portrait de votre proche tel que vous, vous l'avez connu. Vous pourriez être à nouveau confronté à la décision de vous livrer ou non aux médias dans le but de rectifier les informations diffusées.

Vous devrez alors vous demander ce qui vous pèse le plus : est-ce que les informations véhiculées par les médias vous incommode suffisamment pour passer outre les motifs qui vous avaient initialement convaincu de ne pas vous exposer publiquement ?

³⁵ Léveillé, S., Tousignant, M., Laforest, J. et Maurice, P. (2015, janvier). *La couverture médiatique des homicides intrafamiliaux : mieux en comprendre les effets* (ISBN 978-2-9804192-2-5). Conseil de presse du Québec. https://conseildepresse.qc.ca/wp-content/uploads/2019/11/HRRapport-final-fe%CC%81vri-2015_web.pdf

³⁶ Buchanan, M. et Patrice K. (2011). Coping with traumatic stress in journalism: A critical ethnographic study. *International Journal of Psychology*, 46(2), p. 127-135. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1080/00207594.2010.532799>

³⁷ Feinstein, A., Audet, B. et Waknine, E. (2013). Witnessing images of extreme violence: A psychological study of journalists in the newsroom. *JRSM Open*, 5(8), p.1-5. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1177/2054270414533323>

Les divergences d'opinions dans la cellule familiale

Cela a été souligné d'entrée de jeu; chacun composera à sa manière avec la question médiatique. Les opinions à cet effet peuvent ainsi être divisées au sein de la cellule familiale et encore plus dans la famille élargie. Il est possible que tous n'entretiennent pas le même assentiment quant à la stratégie à adopter. Ces divergences peuvent faire l'objet de tensions entre les membres de la famille.

Si possible, il est préférable de prendre le temps de discuter des avantages et des inconvénients avec la personne qui souhaite s'adresser aux médias et de convenir de la ligne directrice que l'on souhaite suivre en tant que famille.

« Ma mère a craqué à un moment donné parce qu'elle est arrivée chez elle, puis elle avait une note, écrite à la main d'un journaliste. [...] Elle s'est laissée attendrir. J'ai dit "Okay, mais je veux être avec toi" ... parce qu'on veut contrôler le message. On a fait une entrevue. Je l'ai rappelé par la suite parce que j'ai trouvé qu'il avait fait du bon travail. »

- Évelyne

Enfin, il est pertinent de souligner que même lorsque l'ensemble de la famille est favorable à l'implication des médias, une sortie médiatique peut causer des irritants. Il peut s'avérer difficile de représenter les intérêts de tous les proches du défunt. Il est rarement possible d'accommoder tout le monde en quelques minutes d'entrevue et se donner pour mission d'honorer les attentes de chacun peut rapidement devenir éreintant.

Les médias en tant qu'alliés

L'implication des médias a malgré tout été entrevue positivement par quelques proches endeuillés. Une covictime qui s'est vue accablée par les délais et la lourdeur administrative de certaines mécaniques institutionnelles a entrepris de mettre à profit cette attention médiatique pour « faire bouger les choses ». Dans ce contexte, les médias sont considérés comme de bons alliés.

« Quand j'ai eu besoin, j'ai parlé avec le journaliste. [Il] a fait son article. [...] Il a fait cela dans les règles de l'art, parce que tout ce que j'ai dit, il l'avait écrit. C'était vraiment très bien fait. »

- Évelyne

Si vous répondez positivement à une demande médiatique et qu'une investigation policière est en cours, il est primordial de vous concerter avec le service de police impliqué afin de vous assurer que ce que vous direz publiquement ne contient pas des détails susceptibles de nuire à l'enquête.

Le caractère éphémère de l'attention médiatique

Autre aspect à considérer : l'intérêt des médias peut varier et il se dissipe généralement au bout d'un certain temps. Quelles que soient vos motivations, si vous êtes favorable à ce que la mémoire de la personne endeuillée fasse l'objet d'un reportage, d'une série télévisée ou d'un *balado*, il faut demeurer conscient que le choix de retenir ou non une « affaire criminelle » est tributaire du reste de l'actualité. Si votre histoire se voit concurrencée par des nouvelles plus récentes, il est possible que le projet soit reporté ou même décommandé.

L'intervention des médias étrangers

Toutes les régions du monde ne disposent pas de lois et règlements en matière de radiodiffusion et de télécommunications comme celles qui existent au Canada. De plus, tous les pays ne sont pas munis d'un organisme qui veille à l'application de ces normes comme le fait le *Conseil de la radiodiffusion et des télécommunications canadiennes* (CRTC). En plus des règles qui régissent la présentation de scènes violentes dans les médias, plusieurs chaînes de télécommunication s'engagent à respecter la sensibilité des auditeurs et à évaluer l'impact des images selon le moment de la journée et le contexte de leur diffusion. Il faut savoir que ceci n'est pas pratique courante partout dans le monde.

Selon l'endroit où est survenu l'homicide, vous pourriez être exposé à du matériel journalistique sensible, à des images choquantes, à des scènes exposant du contenu explicite, à des propos non censurés et/ou à des scènes violentes diffusées sans avertissement ni censure.

« Les médias sont arrivés sur place avant la police. Ils ont absolument tout filmé, sans embrouille. Quand je suis arrivée [là-bas], j'écoutais la télé [et] j'ai vu cela. J'ai tout vu. C'est comme si j'avais été là. »

- Stéphanie

En plus de détonner sérieusement avec vos valeurs personnelles, ces images ont le potentiel de vous secouer sérieusement sur le plan émotif et psychologique.

« Pour moi, c'est tellement un manque de respect de diffuser des images pareilles. C'est tellement inacceptable. [...] C'est du sensationnalisme. Cela ne se fait pas. Il faut que tu acceptes que tu es dans un autre pays, mais il y a des limites ... là, c'est ma mère, tu sais ? »

- Stéphanie

En plus de la diffusion des images violentes et explicites, cette covictime se souvient avoir été exposée à un contenu médiatique où la victime de l'homicide avait été dépeinte négativement, voire blâmée dans les journaux étrangers. L'ensemble de ces coutumes journalistiques peut être reçue – à juste titre – comme un manque de respect, voire une entrave à la dignité de la personne assassinée.

Quelques pistes d'apaisement des proches endeuillés

AFFIRMER CLAIREMENT SON REFUS

« On a dit " On n'a rien à communiquer". Ils ont reculé et s'en sont allés. On n'est pas obligé de répondre aux médias. »

- Claire

L'ACCOMPAGNEMENT LORS DES SORTIES MÉDIATIQUES

« Quand j'ai décidé de sortir dans les médias, [une personne de l'association] m'a accompagnée et elle a été très aidante. Je l'ai toujours sentie à côté de moi et des autres victimes. [...] Alors ça, c'est un baume. »

- Évelyne



10 éléments clés à se rappeler au sujet des médias³⁸

- 1) Les médias peuvent parler d'un crime, d'une enquête et d'une procédure criminelle en tout temps.
- 2) Vous avez toujours le choix de vous adresser ou non aux médias.
- 3) Il faut savoir que si vous leur parlez, vous aurez très **peu de contrôle** sur ce qui sera diffusé et sur la manière dont vos propos seront rapportés.
- 4) **Il ne faut jamais parler « de façon officielle »**. Tout ce que vous dites pendant une entrevue doit être considéré comme « officiel ».
- 5) **Il est important de prendre le temps de se préparer** pour une entrevue médiatique.
- 6) **Il est préférable d'être accompagné** par une personne de soutien lorsque vous vous adressez aux médias. Un **porte-parole** peut aussi être désigné par la famille pour livrer des messages cohérents.
- 7) Dans l'éventualité où une enquête policière ou une procédure criminelle est en cours, toute couverture médiatique peut entraîner des répercussions sur l'enquête ou l'issue des procédures judiciaires. Il importe de **discuter de ce que vous pouvez divulguer** avec le service de police, le procureur de la Couronne ou un intervenant des services aux victimes.
- 8) Il faut **agir avec prudence quant à ce que vous affichez sur internet**. Une fois publiés, ces renseignements sont considérés publics et les journalistes peuvent s'en servir.
- 9) **L'intérêt des médias et le degré de couverture peut varier** d'une affaire à l'autre. Il est aussi appelé à s'estomper avec le temps.
- 10) **Le ton de la couverture médiatique peut changer à tout moment**. Par exemple, les médias peuvent initialement dépendre la victime en termes positifs, puis tout à coup, prendre une tournure plus négative.

³⁸ Centre canadien de ressources pour les victimes de crimes (2016). Si les médias vous appellent : *Guide à l'intention des victimes d'actes criminels et survivants*. Guide d'interaction avec les médias. https://crcvc.ca/wp-content/uploads/2022/03/Media_Booklet_Web_Version2016_fr.pdf

RESSOURCES UTILES

- **Le Guide d'interaction avec les médias à l'attention des victimes d'actes criminels et survivants du Centre canadien de ressources pour les victimes de crimes (CCRVC)**

Le CCRVC a créé un guide pour accompagner les victimes et les survivants sur la question médiatique. Que vous ayez l'intention ou non de travailler en collaboration avec les médias, il s'agit d'un bon outil auquel se référer pour prendre des décisions éclairées.

o Lien vers le guide en format PDF : https://crcvc.ca/wp-content/uploads/2022/03/Media_Booklet_Web_Version2016_fr.pdf

Les médias sociaux

Les réseaux sociaux tels que Facebook, Instagram et leurs dérivés ont prouvé leur utilité en tant que médiums de communication. Pour certains proches endeuillés, ces plateformes ont joué un rôle significatif dans leur parcours. Certains ont mentionné que les médias sociaux leur avaient permis d'entrer en contact avec des personnes ayant vécu une expérience similaire, favorisant ainsi l'entraide entre covictimes endeuillées.

« Quand c'est sorti sur les réseaux sociaux, il y a des gens sur Facebook, des gens qui ont vécu des homicides, qui sont venus nous offrir du soutien [...] et qui nous ont offert des numéros auxquels on pouvait téléphoner pour avoir de l'aide. »

- Lina

Certes, il y a de belles histoires d'entraide et d'amitié qui naissent sur le cyberspace, mais le revers de la médaille révèle également un contraire plus sombre. En plus de la désinformation, il est désormais bien connu que les médias sociaux sont devenus des terrains fertiles pour les discours haineux et polarisés, l'intimidation, la violence verbale, les commentaires offensants, la diffamation et l'humour désobligeant. Toutes ces formes de malveillance et d'antipathie qui foisonnent sur internet prennent trop souvent des ampleurs déconcertantes. Malheureusement, il est difficile pour les victimes et leurs proches d'y échapper.



Dans le même ordre d'idée, il existe une dimension spécifique au contexte hors Québec susceptible de se refléter dans les réactions en ligne. Des proches endeuillés ont malheureusement été confrontés à des commentaires de nature à culpabiliser, voire blâmer la personne défunte de s'être aventurée dans un pays étranger. Cette covictime avait d'ailleurs été particulièrement choquée de constater qu'on avait pu juger défavorablement la personne assassinée pour avoir fait le choix de voyager dans un contexte pandémique, allant jusqu'à lui attribuer la responsabilité de son sort.

« Tu vois cela dans les commentaires, "si elle ne voulait pas se faire assassiner, elle avait juste à ne pas voyager." »

- Lina

La croyance en un monde « juste » de Melvin Lerner



La croyance en un monde « juste » est une théorie introduite par Melvin Lerner, chercheur et professeur en psychologie sociale. En résumé, cette croyance populaire revient à affirmer que les « bonnes choses » arrivent aux « bonnes personnes » et les « mauvaises choses » aux « mauvaises personnes ». C'est dans le cadre de sa formation clinique en psychologie que Lerner observe que certains professionnels de la santé tendent à blâmer des patients atteints de problèmes de santé mentale des souffrances qu'ils éprouvent. C'est par la suite, à partir du milieu des années 1960, qu'il conduira, avec des collègues, une série d'expériences portant sur ce phénomène. Lerner constate alors que les individus ont besoin de croire qu'ils vivent dans un monde où chacun obtient généralement ce qu'il mérite.³⁹ La croyance que le monde est juste permet à l'être humain d'appréhender son environnement physique et social comme étant stable et ordonné. Il s'agit d'une fonction adaptative de l'humain très forte dont il est difficile de se défaire. Lorsqu'une personne est confrontée à des preuves qui laissent croire que le monde n'est pas juste, c'est tout le système de croyances qui est ébranlé. Si on en croit cette théorie, derrière le blâme des victimes et la recherche d'indices de leur culpabilité (p. ex. en lui reprochant de s'être aventurée dans un pays étranger), peut se dissimuler un besoin de justice. La dévalorisation de la victime devient alors une manière de réduire ou d'éliminer l'injustice. Cette croyance permet de tempérer les dures réalités auxquelles un individu peut se voir confronté, en lui laissant une impression de contrôle sur sa destinée (p. ex. : « puisque le Canada est sécuritaire et que je ne voyage pas à l'étranger, je ne risque pas d'être victime d'un crime violent. »). Ces mécanismes de défense diminuent le sentiment de vulnérabilité personnel, puisque les personnes croient qu'elles n'ont rien fait pour mériter le malheur observé chez l'autre. Bien que cette façon d'entrevoir le monde soit de toute évidence erronée, la littérature scientifique tend à confirmer que la présence de cette idéologie est généralement stable à travers le temps et généralisable d'une culture à l'autre.⁴⁰

³⁹ Lerner, M. J. et Miller, D. T. (1978). Just world research and the attribution process: Looking back and ahead. *Psychological Bulletin*, 85(5), 1030-1051. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.85.5.1030>

⁴⁰ Furnham, A. (2003). Belief in a just world: Research progress over the past decade. *Personality and Differences*, 34(5), 795-817. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00072-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00072-7)

Quelques particularités liées à un homicide hors Québec



Certains enjeux qui relèvent plus spécifiquement des circonstances hors Québec peuvent ponctuer de manière plus ou moins significative le parcours des proches endeuillés. La prochaine section vise à en explorer les principales et à vous offrir quelques pistes de solution pour en minimiser les impacts.

La question du déplacement hors Québec

Qu'elle se présente à vous sous forme de choix ou de requête, cette question pourrait s'imposer assez rapidement à la suite de la notification du décès : se déplacer ou non dans la région où l'homicide est survenu ?

Lorsque le déplacement est requis

D'abord, il faut savoir qu'il est possible que certaines formalités relatives au décès requièrent la présence d'un représentant de la famille. L'identification du corps de la personne défunte en fait partie.

« Le téléphone sonne. C'est la police. [...] On m'annonce son décès, que c'est un meurtre et qu'il faut que je me déplace pour l'identification. »

- Sylvie

L'idée de devoir entreprendre un voyage afin de collaborer à l'identification de la dépouille est en soi source de stress et d'inquiétude pour les familles. Dans plusieurs situations, il a été possible de procéder à cette identification par d'autres moyens toutefois.

« L'un des scénarios était que je donne mon ADN [...] que l'analyse soit faite ici et qu'on envoie les résultats [là-bas]. »

- Évelyne

D'autres situations particulières peuvent forcer des déplacements imprévus. Claire se trouvait elle-même en visite chez des membres de la famille qui vivaient à l'extérieur du pays au moment où elle a été informée du drame. Le voyage qui s'impose dans ce moment de vulnérabilité peut alors s'avérer très difficile.

« On a pris beaucoup d'avions à ce moment-là. [...] Je n'étais pas dans un état normal. Il fallait que quelqu'un me prenne en charge. Moi, j'ai juste suivi. »

- Claire

Si vous devez vous déplacer de manière précipitée, n'hésitez pas à solliciter un proche de confiance pour vous accompagner. Vous pouvez également vous adresser à votre compagnie aérienne ou, le cas échéant, à votre agence de voyages pour vérifier si une assistance personnalisée peut vous être offerte. Enfin, si vous doutez de votre condition de santé, il va de soi que votre bien-être physique et psychologique devrait toujours être la priorité.

Cet enjeu pourrait aussi se manifester ultérieurement advenant la tenue de procédures judiciaires. En plus du temps passé dans les moyens de transport empruntés, il faut savoir que la durée du procès peut varier. Certaines covictimes choisissent pour cette raison d'assister uniquement à certains segments du processus judiciaire.

Si vous le souhaitez, vous pouvez discuter de cette question avec le procureur responsable ou avec un intervenant des services aux victimes. Ceux-ci peuvent vous informer sur les différentes parties du processus judiciaire et vous aiguiller sur la pertinence d'y assister.



Lorsque le déplacement est un choix personnel

Il est aussi possible que ce soit de votre propre chef que vous entrepreniez de quitter le confort de votre maison pour faire ce voyage. L'un des motifs invoqués par les proches endeuillés est le « besoin de constater ». Bien qu'il s'agisse d'une étape poignante, elle s'est avérée un incontournable du processus de deuil pour certains.

« Il fallait que je voie mon fils, sans quoi je n'y aurais jamais cru. [...] Je l'ai vu, parce que c'était important pour moi. Cela m'a donné un autre choc, mais il le fallait [...] »

- Claire

Certains proches ont rapporté que le contexte hors Québec avait contribué à alimenter des sentiments de doute, encourageant l'imaginaire à s'accrocher à des scénarios contraires à ceux envisagés par les autorités et parfois farfelus. Il est normal de souhaiter qu'une autre explication puisse éclairer la disparition de l'être cher et ce, même lorsque toutes les hypothèses convergent vers son décès. Ainsi, lorsqu'aucun élément tangible du décès n'est à la portée de la famille (p. ex. le fait de ne pas avoir accès à la dépouille), le processus d'acceptation peut se voir entravé.

Selon la région où votre proche a perdu la vie, les conditions dans lesquelles on vous donnera accès au corps pourraient être plus ou moins opportunes. Afin de vous préparer à ce moment, vous pourriez interroger l'agent consulaire sur les conditions de l'endroit où se trouve le corps et vérifier si celui-ci est dans un état qui vous permettra de vous y recueillir.

Il est possible que le choix de voyager ou non dans la région où s'est produit l'homicide ne fasse pas l'unanimité au sein de la famille. Tous n'entrevoient pas ce voyage de la même manière. Certains ressentiront un besoin plus ou moins urgent de se déplacer pour pratiquer des rituels, des cérémonies ou pour se recueillir en des lieux symboliques, alors que d'autres renonceront à voyager de façon trop précipitée malgré le criant « besoin de constater ». Il peut en effet être préférable, si les circonstances le permettent, de repousser ce voyage lorsque la détresse est encore trop vive.

Le plus important est d'éviter les décisions impulsives. Il importe de prendre le temps de peser les avantages et les inconvénients en tenant compte de votre niveau d'énergie. N'hésitez pas à en discuter avec une personne qui vous connaît bien qui pourra vous aider à objectiver la nécessité d'entreprendre ce voyage.

Si la personne décédée était domiciliée à l'extérieur du Québec ou du Canada, il est possible que vous souhaitiez vous y rendre pour faire de l'ordre dans ses effets personnels. Vous pourriez également vouloir en profiter pour en récupérer vous-même quelques-uns, en souvenir de l'être aimé.

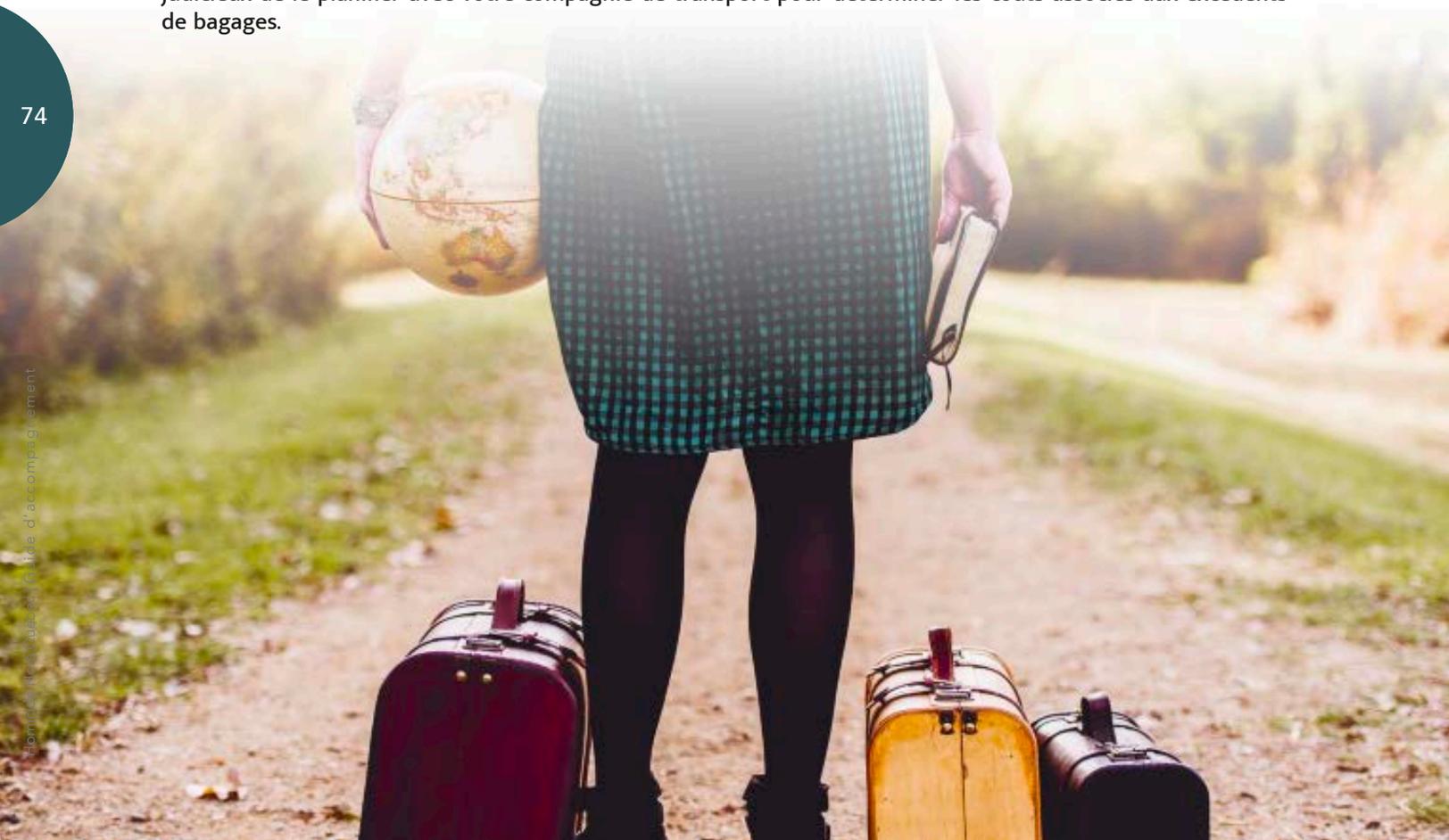
Si la personne décédée était domiciliée à l'extérieur du Québec ou du Canada, il est possible que vous souhaitiez vous y rendre pour faire de l'ordre dans ses effets personnels. Vous pourriez également vouloir en profiter pour en récupérer vous-même quelques-uns, en souvenir de l'être aimé.

« Elle aimait beaucoup les livres. [...] Alors, j'ai beaucoup de livres à elle chez moi et cela me permet de la garder autour de moi. »

- Stéphanie

Il sera important d'arrimer ces actions avec les autorités, notamment afin de vous assurer que le domicile est accessible et dans un état adéquat.

Enfin, si vous souhaitez rapatrier vous-même des objets appartenant à la personne décédée, il pourrait être judicieux de le planifier avec votre compagnie de transport pour déterminer les coûts associés aux excédents de bagages.



Quelques enjeux liés au déplacement

D'abord, il faut mentionner que ces déplacements sont généralement très coûteux. Les frais liés aux transports, à l'hébergement et aux différents frais de subsistance afférents peuvent rapidement atteindre des sommes ahurissantes.

Selon le motif du déplacement, certains frais pourraient être couverts par l'aide financière pour les Canadiens victimes d'actes criminels à l'étranger, le régime d'aide aux victimes de la province hors Québec ou les assurances voyage de la personne décédée. Afin de vous aider à vous y retrouver, vous pourriez vous adresser à un intervenant du Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) pour être guidé à travers les conditions d'admissibilité de ces régimes.

En plus de ces considérations financières, des proches ont exprimé avoir été très éreintés non seulement par le déplacement en lui-même, mais aussi par la planification du voyage qui s'impose en amont. Il importe de souligner que même si des régimes offrent un remboursement de certains frais, la planification du voyage revient généralement aux familles.

Au Canada, toutes les régions ne sont pas aisément accessibles par voies aériennes. Ainsi, à défaut de pouvoir se déplacer dans le confort d'un avion, certains proches ont dû se résoudre à passer plusieurs heures dans les transports terrestres, exigeant parfois des voyages de nuit ou l'emprunt de multiples véhicules de transport en commun. Ceci contribue évidemment à l'état de stress et de fatigue générale.

Enfin, si ce voyage peut tomber sous le sens pour une multitude de motivations et de besoins tout à fait légitimes, les émotions vécues à destination sont souvent très intenses. Le fait d'être témoin visuel de certaines scènes pourrait aussi avoir des effets sur votre état psychologique et sur votre rétablissement.

Les choix que vous faites aujourd'hui peuvent entraîner des répercussions sur votre processus de rétablissement. Que vous soyez à l'extérieur pour identifier le corps, assister au procès ou faire de l'ordre dans les effets personnels du défunt, prenez toujours des décisions dans le respect de vos limites et n'hésitez pas à prendre un pas de recul au besoin.

La barrière de la langue

Dès que l'on traverse les frontières de la belle province, c'est l'anglais qui prime. Si le français est votre langue maternelle, les enjeux relatifs au langage sont quasi inévitables. La barrière de la langue peut constituer un obstacle à plusieurs niveaux.

Bien que plusieurs maîtrisent un second ou tierce langage qui permette de se débrouiller dans une foule de situations, le décès d'un être cher dépasse les contextes de son usage habituel. Plusieurs facteurs peuvent amenuiser la compréhension. En plus de l'émotion qui peut embrouiller les facultés, certains contextes requièrent un degré de maîtrise supérieur de la langue. C'est le cas notamment lorsque vous vous entretenez avec un expert ou un professionnel issu du domaine policier, pénal ou juridique.

« Je ne connaissais rien au système de justice. Quand tu n'y as pas été confronté, tu ne sais pas ce qui arrive. Un avocat de la défense, qu'est-ce que c'est que ça ? En plus, tout était en anglais. [...] Mais on apprend vite. » -
Claire

Quelques stratégies pour mieux composer avec la barrière de la langue

| | |
|---|---|
| Les difficultés de communication avec les institutions hors Québec | <ul style="list-style-type: none">• Puisque le français est l'une des deux langues officielles au Canada, vous pouvez demander à être servi en français lors de vos communications avec les agences canadiennes.• Faire appel à un service d'interprétariat.• Vérifier auprès d'un intervenant des Centres d'aide aux victimes d'actes criminels de votre région s'il peut vous accompagner dans la recherche d'un service d'interprète.• Demander qu'un proche qui maîtrise bien la langue vous accompagne lors des rencontres.• Privilégier les échanges par écrit : cela vous permettra d'utiliser des outils de traduction. |
| La nécessité de traduire les documents officiels | <ul style="list-style-type: none">• Il est bon de savoir que les dépenses liées à la traduction en anglais ou en français de rapports de police, de rapports médicaux ou de documents judiciaires peuvent être couvertes par l'aide financière pour les Canadiens victimes d'actes criminels à l'étranger⁴¹.• Pour les documents administratifs requis pour le transport de la dépouille et les démarches funéraires (p. ex. le certificat de décès), vous pouvez vous mettre en lien avec le salon funéraire spécialisé, qui offre généralement le service de traduction. |
| Le déroulement des procédures judiciaires dans une autre langue | <ul style="list-style-type: none">• Vérifier auprès d'une personne-ressource (enquêteur, procureur ou intervenant d'un organisme d'aide aux victimes) la possibilité qu'un interprète vous soit fourni.• Demander à être accompagné par un proche qui maîtrise la langue d'usage. |

⁴¹ Ministère de la Justice du Canada (2017, septembre). *Lignes directrices relatives à l'aide financière pour les Canadiens victimes d'actes criminels à l'étranger*. https://www.justice.gc.ca/fra/fina-fund/jp-cj/fond-fund/ligne_etr-guide_abr.html#s41

Une remarque s'impose quant à la sollicitation de l'entourage pour contrer les obstacles liés à la barrière de la langue : cette responsabilité peut devenir très exigeante, surtout si les demandes sont récurrentes.

« La police appelle toujours en anglais. Moi, je ne comprenais pas tout le temps, alors ils rappelaient [ma fille]. Ils la dérangent dans ses cours et dans ses examens. »

- Sylvie

De plus, la personne qui assure le rôle d'interprète pourrait être exposée à des détails explicites qui pourraient entraîner des répercussions sur son bien-être. Certains proches ayant consenti à ce mandat ont exprimé l'avoir vécu à certains égards comme un « fardeau émotionnel » supplémentaire. Cette personne pourrait aussi se sentir responsable de trier les informations à vous divulguer pour vous protéger : qu'avez-vous réellement besoin de savoir ? Quels détails devrait-elle éviter de vous traduire pour vous épargner ?

Cette discussion devrait idéalement être initiée en amont avec la personne qui vous aide pour la traduction, afin de clarifier vos attentes à ce sujet.

Ajoutons à cela que cette personne n'est probablement pas traductrice de profession : il faudra être indulgent à son égard si sa maîtrise de la langue lui fait défaut.

Pour toutes ces raisons, il est préférable d'employer cette stratégie avec parcimonie et de privilégier l'utilisation d'un service d'interprétariat dans la mesure du possible.

Il faut aussi garder à l'esprit que les meilleurs interprètes ne sont pas forcément des spécialistes du droit criminel ou des questions notariales. Il est possible que certains mots du lexique juridique leur échappent également.

En cas de doute, vous pourriez demander à la personne qui traduit de questionner à nouveau votre interlocuteur afin que ce dernier explique son propos en des termes plus accessibles.

Dans tous les cas, évitez de traduire vous-même les rapports d'autopsie, les rapports policiers ou tout autre écrit susceptible de présenter des détails graphiques de l'homicide.

« Puisque j'étais la seule qui parlait l'espagnol dans la famille [et] qu'on n'avait pas les moyens d'engager un traducteur [...] c'est moi qui ai traduit tous les documents. J'ai tout fait. Je n'aurais jamais dû faire ça. Je paie encore aujourd'hui. »

- Stéphanie

RESSOURCES UTILES

— L'ordre des traducteurs, terminologues et interprètes agréés du Québec (OTTIAQ)

- o Site internet : <https://ottiaq.org/trouver-un-membre/>
- o Téléphone : **514 845-4411**, poste 0
- o Téléphone (sans frais) : **1 800 265-481**

— L'aide financière pour les Canadiens victimes d'actes criminels à l'étranger

- o Site internet : <https://www.justice.gc.ca/fra/fina-fund/jp-cj/fond-fund/etranger-abroad.html>
- o Courriel : Victims-Abroad-Fund-Manager@justice.gc.ca
- o Téléphone (sans frais) : **1 888 606-5111**

Les relations avec les autorités hors Québec

En plus des obstacles linguistiques, il est possible que la distance géographique contribue à certains aléas communicationnels entre vous et le corps policier responsable de l'enquête. De plus, les méthodes d'enquête, tout comme le statut et les droits accordés aux victimes et leurs proches peuvent différer d'un endroit à l'autre dans le monde. Vous pourriez donc être surpris, voire incommodé par certaines façons de faire des employés de l'État étranger.

Les enjeux relationnels et communicationnels

D'abord, que ce soit par l'entremise d'une personne interprète ou d'un agent consulaire, il peut être frustrant de devoir impérativement communiquer par un intermédiaire. Vous pourriez vous retrouver devant une impression de « jeu du téléphone » et craindre que la qualité de l'information soit diluée. Enfin, certains proches ont exprimé qu'ils auraient souhaité bénéficier de communications plus fréquentes avec les autorités.

D'un autre côté, plusieurs proches endeuillés ont aussi soulevé les marques de respect, de sensibilité et de considération qui leur avaient été portées par les autorités.

**« Ils étaient vraiment gentils. Ils me tenaient au fait.
Je n'avais pas besoin de courir [après] l'information. [...] Ce n'était pas caché.
Je n'avais pas de difficulté à me faire répondre. »**
- Élyse

Certains corps policiers semblent aussi avoir été très proactifs dans la recherche d'assistance pour les familles endeuillées. Des proches ont en effet rapporté avoir obtenu une forme d'aide visant à amenuiser les désagréments liés à la particularité hors Québec. Que ce soit en s'assurant de la disponibilité de services de traduction ou en communiquant directement avec des organismes locaux, certains ont senti un effort de prise en charge allant au-delà de ce qui était attendu. Certaines covictimes disent également avoir développé une relation conviviale, de confiance et même empreinte de complicité avec certains enquêteurs.

Quelques pistes d'apaisement des proches endeuillés



CONVENIR DE MODALITÉS DE COMMUNICATION

« Je me suis établi une façon de faire avec eux. J'avais quelqu'un qui était attiré à moi [et] je lui ai dit [...] "Est-ce qu'on peut établir qu'on va se parler tous les jours ? Tu me donneras les nouvelles. Si tu n'en as pas, ce n'est pas grave, mais au moins je t'aurai parlé". Moi, j'avais besoin de cette sécurité-là. »

- Évelyne

Des pratiques policières variées

Au Québec, les méthodes employées dans le cadre d'enquêtes policières sont régies par tout un éventail de règles qui relèvent de lois, de codes déontologiques, de règlements et de politiques. Le travail des policiers est balisé de sorte que l'on minimise les écarts dans les pratiques, les manquements à l'éthique ou les abus de pouvoir. De plus, des instances sont responsables de « surveiller » les actes du corps policier. Le *Bureau des enquêtes indépendantes* peut être saisi de l'affaire lorsqu'un policier porte gravement atteinte à l'intégrité physique d'un citoyen dans le cadre de ses fonctions⁴², tout comme le *Commissaire à la déontologie policière* peut être interpellé en cas de faute professionnelle⁴³.

Au Canada, la *Loi sur la Gendarmerie royale du Canada* régit le travail du corps policier fédéral. Il existe par ailleurs des lois canadiennes en matière de preuves et procédures pénales auxquelles tous les membres de corps policiers canadiens doivent se soumettre. La Charte des Droits et libertés énonce également certains principes desquels aucune autorité canadienne ne peut se soustraire.

⁴² Gouvernement du Québec (2023). *Bureau des enquêtes indépendantes du Québec. Mission, vision, valeurs.* <https://www.bei.gouv.qc.ca/organisme/mission-vision-et-valeurs.html>

⁴³ Gouvernement du Québec (2023). *Bureau des enquêtes indépendantes du Québec. Mandat et pouvoirs.* <https://www.bei.gouv.qc.ca/organisme/mandat-et-pouvoirs.html>

Ailleurs dans le monde, il est possible que vous soyez confronté à des façons de faire qui s'éloignent de manière plus ou moins marquée des pratiques québécoises et canadiennes. De nombreux proches ont éprouvé des difficultés à accorder une pleine confiance aux autorités dont les méthodes étaient méconnues. Certains ont émis des réserves par rapport à la qualité de l'enquête policière, demeurant amers devant cette impression qu'elle n'avait pas pris l'ampleur attendue, faute de ressources ou d'efforts déployés. Ce sont alors des sentiments d'abandon, de déception et d'impuissance qui caractérisent le vécu des proches qui doivent accepter ce dénouement.

« On a appelé les enquêteurs. Ils ont dit qu'ils ne pouvaient rien faire parce que le dossier était fermé. C'est comme s'ils nous disaient "arrangez-vous avec votre douleur, on ne peut rien faire". Et c'est difficile. »

- José

Dans certains cas, ce sont les circonstances spécifiques du décès qui demeurent imprécises au terme de l'enquête policière. Ces fameux « pourquoi » et « comment » peuvent ainsi demeurer en suspens. L'absence de réponses, combinée à la perception que l'enquête n'a pas été suffisamment approfondie, peut être vécue comme un manque de considération. Dans d'autres situations, les proches ont déploré que malgré la célérité avec laquelle le coupable a été identifié, les motivations pour lesquelles l'homicide a été commis n'aient pas été investiguées. Plusieurs ont exprimé que de recevoir plus d'informations sur le processus d'enquête aurait favorisé une meilleure compréhension de celui-ci, en plus d'atténuer certains irritants.

N'hésitez pas à questionner l'agent des services consulaires ou le corps policier concerné à ce sujet. Il est possible que tous les détails ne puissent vous être divulgués afin d'éviter de nuire à l'enquête ou aux relations diplomatiques à l'international. On pourrait malgré tout vous informer sur les procédures générales.

Quelques proches rencontrés évoquent également avoir été témoins de comportements malhonnêtes de la part de membres de corps policiers hors Canada : le vol d'objets appartenant au défunt et des attitudes associées à la corruption sont rapportées.

Si vous avez des doutes par rapport à certaines demandes ou comportements des autorités étrangères, adressez vos questionnements à un agent consulaire.

Les chocs relatifs aux cultures

La culture selon l'Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture (UNESCO)



L'UNESCO explique le concept de culture selon la définition suivante : « Dans son sens le plus large, la culture peut aujourd'hui être considérée comme l'ensemble des traits distinctifs, spirituels et matériels, intellectuels et affectifs qui caractérisent une société ou un groupe social. Elle englobe, outre les arts et les lettres, les modes de vie, les droits fondamentaux de l'être humain, les systèmes de valeurs, les traditions et les croyances.⁴⁴ »

Lorsque deux cultures se rencontrent, il peut survenir ce qu'on appelle communément un « choc culturel ». Si un tel choc de cultures peut usuellement se traduire en une opportunité d'enrichissement personnel, les circonstances qui vous mènent à ce carrefour géoculturel peuvent réduire grandement votre disponibilité. Ainsi, même si vous êtes une personne curieuse et sensible aux réalités extérieures, ne soyez pas surpris de constater que ces fragments de votre personnalité semblent avoir été mises à l'index. Vous n'êtes évidemment pas dans des dispositions personnelles idéales pour vivre positivement cette expérience. La prochaine section vous présente quelques-uns de ces chocs tels que vécus par les proches rencontrés.

Les croyances, les us et coutumes

Même entre individus qui partagent une même appartenance culturelle, il peut y avoir des divergences sur les questions se rapportant à la mort et aux rites funéraires. Les croyances religieuses et spirituelles peuvent influencer la manière dont un décès sera entrevu. Lorsque deux cultures se rencontrent dans un contexte aussi étroitement lié aux émotions, aux valeurs et aux traditions, on peut vraisemblablement s'attendre à ce que certaines secousses se dégagent de cette diversité. Les us et coutumes qui se rapportent aux cérémonies funéraires sont un bon exemple. Si la personne décédée résidait à l'étranger ou qu'elle avait l'habitude d'y séjourner, elle y laisse potentiellement derrière elle tout un réseau d'amitiés bouleversé. Ces personnes peuvent avoir besoin tout comme vous de pratiquer certains rites funéraires, qu'ils soient symboliques ou religieux.

« Les voisins nous ont demandé de ramener l'urne pour exorciser l'appartement. [...] On a refusé de faire ça. »

- Stéphanie

Si vous tenez à vivre cet événement selon vos propres croyances, vous êtes toujours libre de décliner les invitations.

⁴⁴ Hayer, D. (2012). La culture : des questions essentielles. *Humanisme*, 296, 85-88. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.3917/huma.296.0085>

Le rapport à la violence et à la mort

Si enlever la vie à autrui est considéré assez universellement comme un acte répréhensible, le rapport à la mort peut s'avérer différent d'une culture à l'autre.

« J'ai réalisé à quel point la violence était de plus en plus présente là-bas [et] à quel point ils sont désensibilisés par rapport à la mort. »

- Stéphanie

Il existe malheureusement trop de communautés dans le monde qui ont été ou qui continuent d'être couramment exposées à la violence. On n'a qu'à penser à ces régions qui ont été le théâtre de génocides, de conflits civils, de guerres ou encore celles qui sont soumises aux pressions exercées par les groupes criminalisés et les barons de la drogue. Dans les endroits où les décès occasionnés par la violence sont répandus, il faut mentionner la possibilité que celui de votre proche soit traité comme « un évènement parmi d'autres ».

« [C'était] une nouvelle banale. [...] Là-bas, ils vivent avec la mort. Cela doit être triste pour ces gens-là, de vivre avec la mort tous les jours. »

- José

Il est néanmoins légitime de se sentir inconfortable à l'idée que ce type de violence soit banalisé, d'autant plus lorsque vous êtes personnellement concerné.

Les conditions socioéconomiques

Si l'homicide a eu lieu dans un pays où les ressources financières, humaines et technologiques sont plus limitées qu'au Canada, cela peut se répercuter de diverses manières. Alors que certaines covictimes ont été stupéfaites par les conditions dans lesquelles la dépouille avait été conservée, d'autres ont déploré les conditions dans lesquelles elles avaient été accueillies au pays lors de leur déplacement.

Les procédures judiciaires

Si la personne auteure de l'homicide a été arrêtée et formellement accusée, s'ensuivent des procédures judiciaires visant à déterminer sa culpabilité. Dans le cas où l'individu est déclaré coupable de l'homicide, il se verra ensuite attribuer une peine. Si le système de justice canadien est souvent méconnu de ses citoyens, il est normal de se sentir égaré dans un régime judiciaire étranger, dont les règles peuvent différer selon le type de droit duquel il relève.

Homicide hors Canada : à quel endroit se tiendra le procès ?

L'une des questions qui pourraient vous préoccuper dans le cas d'un homicide qui survient **hors Canada** est celle de savoir à quel endroit auront lieu les procédures judiciaires. Les prochaines lignes font état de quelques principes de droit qui peuvent vous outiller à mieux comprendre.

Le principe de la territorialité des lois



Il faut d'abord préciser que le droit criminel canadien s'inscrit dans un système juridique fondé sur le principe de la **territorialité des lois**, c'est-à-dire qu'il s'agit d'un système où **les tribunaux ne jugent que des infractions commises sur leur territoire**.

La règle générale veut donc que la compétence d'un tribunal de juger d'un crime se détermine en fonction du lieu où celui-ci survient. Ainsi, en principe, le droit pénal canadien ne se penche pas sur les infractions commises, même par ses citoyens, à l'étranger.⁴⁵

Il existe toutefois certaines exceptions :

- 1) Même si l'infraction est entièrement commise sur un autre territoire, les tribunaux canadiens peuvent poursuivre, juger et punir l'infraction comme si elle s'était déroulée au Canada, si le **territoire en question ne poursuit pas**.⁴⁶
- 2) Les tribunaux canadiens ont le pouvoir de juger les infractions d'inceste et autres infractions de nature sexuelle commises par des citoyens canadiens ou des résidents permanents sur des mineurs à l'étranger.⁴⁷

⁴⁵ *Code criminel*, L.R.C. (1985), art. 6(2).

⁴⁶ *Code criminel*, L.R.C. (1985), art. 481.2.

⁴⁷ *Code criminel*, L.R.C. (1985), art. 7(4.1).

Lorsque plus d'un État peut faire valoir sa compétence



Lorsque deux États ou plus peuvent faire valoir leur compétence, d'autres règles s'appliquent pour déterminer si les tribunaux canadiens peuvent juger de l'infraction. Cette situation peut survenir notamment lorsque la personne victime provient d'un État X, que l'accusé provient d'un État Y et que l'infraction est commise dans un État Z.

Pour que les tribunaux canadiens soient en mesure de faire valoir leur compétence à juger l'infraction, il est requis qu'une « partie importante des activités qui [constituent le crime] se soit déroulée au Canada. [...] il suffit qu'il y ait un « lien réel et important » entre l'infraction et notre pays [...] »⁴⁸

- Pour des raisons pragmatiques, le choix est généralement fait selon la disponibilité des éléments de preuve. Cependant, d'autres éléments peuvent aussi être pris en compte (p. ex. le lieu où les effets néfastes de ce crime ont été ressentis).
- La nationalité de la victime n'est généralement pas un facteur donnant directement compétence aux tribunaux canadiens.

Enfin, mentionnons que le Canada dispose également de lois en matière d'extradition de ses citoyens lorsque ceux-ci commettent des crimes à l'étranger, afin qu'ils soient jugés dans l'État où le crime a été commis.

⁴⁸R. c. Libman, [1985] 2 R.C.S. 178, 212-213. Ce critère du lien réel et important a été réitéré dans R. c. Hape, [2007] 2 R.C.S. 292, par. 62.

Qu'est-ce que l'extradition ?



L'extradition est un mécanisme juridique par lequel un État livre une personne qui se trouve sur son territoire à un autre État qui la réclame à des fins de poursuite ou d'exécution d'une peine. Les règles qui s'appliquent en matière d'extradition peuvent varier. Elles s'appuient sur une combinaison de législations nationales, de dispositions de traités et de conventions préétablies entre pays ou États.⁴⁹

Ne vous en faites pas si, même après cette lecture, vous avez de la difficulté à vous retrouver. Ce sont des règles de droit extrêmement complexes. Dans tous les cas, vous devriez être informé par une personne-ressource du lieu du procès. Le CAVAC est une ressource qui pourrait vous aider à trouver à qui adresser vos interrogations.

Des traditions de droit criminel et des pratiques judiciaires variées

Tout cadre juridique et légal s'inscrit inévitablement dans un contexte social plus large. Les lois, les normes et les pratiques juridiques qui en découlent sont le reflet des valeurs sociétales qui unissent une communauté. Vu sous cet angle, il n'est pas étonnant de constater des différences dans les pratiques judiciaires criminelles et pénales d'un endroit à l'autre dans le monde. Les procédures qui se déroulent à l'étranger peuvent par conséquent s'avérer très anxiogènes pour les familles des victimes. Le degré de confiance accordé envers le système de justice influence inévitablement la manière dont est vécu le procès.

**« C'était stressant parce que c'est un des pays les plus corrompus au monde.
Tu ne sais pas comment cela va finir. Va-t-il être acquitté, finalement ? [...]
Va-t-il s'en sortir ? Qu'est-ce qui va se passer ? Est-ce que ce sera équitable ? [...]
Ce n'est pas un système de justice dans lequel on a confiance. »**
- Stéphanie

Tout comme le régime judiciaire, le type de peine imposé à une personne déclarée coupable d'un homicide peut différer d'un endroit à l'autre dans le monde. Au Canada, le *Code criminel* impose une peine minimale obligatoire pour le meurtre au premier et au deuxième degré : il s'agit de l'emprisonnement à perpétuité⁵⁰. Dans le cas d'un homicide involontaire, le Code ne prévoit toutefois pas de peine minimale⁵¹. À cela s'ajoutent les principes de la *Charte canadienne des Droits et libertés* qui influencent les règles de détermination de la peine et qui proscrivent l'utilisation de peines cruelles et inusitées⁵².

⁴⁹ La Rosa, A. (1998). *Dictionnaire de droit international pénal : Termes choisis*. Graduate Institute Publications. doi :10.4000/books.iheid.3981

⁵⁰ *Code criminel*, L.R.C. (1985), art. 235.

⁵¹ *Code criminel*, L.R.C. (1985), art. art. 236.

⁵² *Charte canadienne des droits et libertés*. Partie I de la Loi constitutionnelle de 1982, annexe B de la Loi de 1982 sur le Canada. R.U. (1982). c. 11., art. 12. <http://laws.justice.gc.ca/fra/Const/page-15.html>

Il est vrai que certains proches consultés se sont montrés favorables à la perspective que l'auteur de l'homicide puisse recevoir une peine plus punitive que celle prévue en droit canadien. D'autres ont, à l'inverse, été surpris de constater que les autorités étrangères aient tenu pour acquis la présence de désirs vindicatifs systématiques.

« Eux, ils ont la peine de mort. Ils pensaient que cela me soulagerait. On dirait que tout le monde pense ça. [...] Moi, en tout cas, cela ne m'a pas soulagé. »

- Jean

Si vous souhaitez vous informer sur les règles de Droit et sur les peines applicables, rappelez-vous que la législation et le fonctionnement du système de justice peuvent différer d'un pays à l'autre. Vous pouvez vous adresser à un intervenant des CAVAC afin que l'on vous aide à trouver les bonnes ressources pour vous outiller.

La réactivation de la souffrance

Le processus judiciaire peut se traduire en une période très exigeante pour les familles de personnes assassinées. Puisqu'il peut se dérouler quelques mois à quelques années après l'évènement, il est susceptible de rouvrir la blessure que vous vous efforcez de panser depuis. Les réactions du deuil peuvent se voir réactivées. Les sentiments de colère, d'impuissance, d'injustice et de mise à l'écart sont communs chez les personnes covictimes. De plus, vous pourriez être exposé à des détails graphiques pouvant accentuer certaines manifestations liées à l'aspect traumatique de votre deuil.

Qu'importe l'endroit où ces procédures ont lieu, vous pourriez vérifier quelles sont les mesures de soutien à votre disposition avant, pendant et après le procès :

Est-ce qu'il existe des mesures particulières pour assister la famille au tribunal ?

Pouvez-vous être accompagné d'une personne de confiance pour la durée des procédures ?

Êtes-vous autorisé à entrer et sortir de la salle d'audience à votre convenance durant l'instance ?

Est-ce qu'un intervenant psychosocial peut vous être attribué ?

Est-ce qu'un service d'interprétariat est disponible ?

Quelques pistes d'apaisement des proches endeuillés

RESPECTER SES LIMITES

« Je voulais regarder un peu, mais je suis sortie. Je pouvais sortir et entrer quand je voulais de la salle d'audience. Ils me l'avaient dit [que] si je n'étais plus capable, je pouvais sortir. »

- Claire

LE SOUTIEN D'UNE PERSONNE DE CONFIANCE

« Toute seule, j'aurais trouvé cela plus dur. [...] J'étais accompagnée [et] je pouvais me reposer sur quelqu'un qui [me] prenait en charge. [...] J'avais quelqu'un qui était là pour me soutenir. »

- Claire

Ce que dit la RECHERCHE SCIENTIFIQUE



Il s'agit d'un fait bien établi dans la littérature scientifique : en plus de la perte de l'être aimé, les familles des personnes victimes d'un homicide ont souvent de la difficulté à naviguer à travers le système de justice. Les interactions avec les policiers et le personnel de la magistrature lors de l'enquête et des procédures judiciaires peuvent poser des défis importants.⁵³ ⁵⁴ Selon certains auteurs, l'une des plus grandes frustrations des covictimes est liée aux communications avec les professionnels de la justice pénale qui tendent à exercer un contrôle sur l'information diffusée aux proches endeuillés. Enfin, les résultats de certaines études suggèrent que les professionnels issus du système de justice pénale affirment se sentir incapables de soulager ou de guérir la perte de la covictime. Ce sentiment d'impuissance peut les conduire à éviter les contacts avec les proches endeuillés.⁵⁵

⁵³ Reed, M.D. et Caraballo, K. (2021). Voice of the victims: Accounts of secondary victimization with the court system among homicide co-victims. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(13-14), 1-30. DOI: 10.1177/08862605219889732

⁵⁴ Reed, M.D., Dabney, D.A., Tapp, S.N. et Ishoy, G.N. (2020). Tense relationships between homicide detectives and homicide co-victims in the wake of murder. *Deviant Behavior*, 41(5), 543-566. <https://doi.org/10.1080/01639625.2019.1574256>

⁵⁵ Reed, M.D., Dabney, D.A., Tapp, S.N. et Ishoy, G.N. (2020). Tense relationships between homicide detectives and homicide co-victims in the wake of murder. *Deviant Behavior*, 41(5), 543-566. <https://doi.org/10.1080/01639625.2019.1574256>

RESSOURCES UTILES

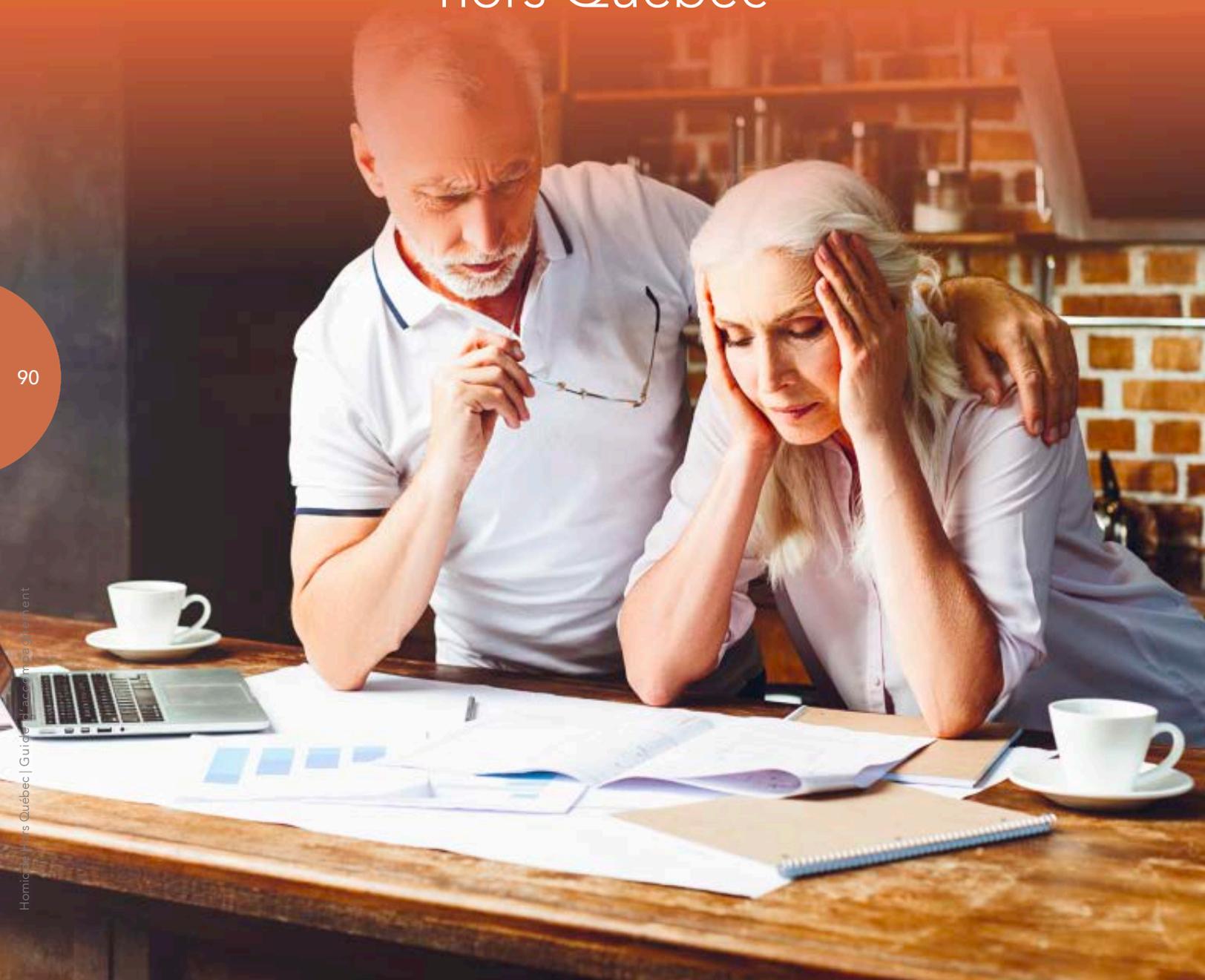
- **Le réseau des centres d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)**
Les intervenants des CAVAC peuvent vous soutenir dans le processus judiciaire, même si celui-ci a eu lieu à l'extérieur du pays. Cet accompagnement peut se faire de différentes façons, en fonction de vos besoins. On pourrait notamment vous soutenir dans certaines rencontres avec le personnel de la magistrature ou du corps policier. Si vos besoins dépassent l'expertise des intervenants, ceux-ci veilleront à vous référer aux instances et services appropriés.
 - o Téléphone : **1 866 LE CAVAC (1 866 532-2822)**
 - o Site internet : <https://cavac.qc.ca/>

- **Les rubriques Éducaloi**
Pour plus d'information sur le Droit international :
<https://educaloi.qc.ca/capsules/le-droit-international-cest-quoi/>

- **Pour mieux comprendre les procédures judiciaires canadiennes :**
<https://educaloi.qc.ca/capsules/le-proces-criminel-comment-ca-marche/>

- **Pour obtenir de l'information relative à la déclaration de la victime (au Canada):**
<https://educaloi.qc.ca/capsules/la-declaration-de-la-victime/>

Les procédures suivant un décès hors Québec



Quel que soit le lieu du décès, il est normal de se sentir envahi par la quantité de tâches à accomplir et de documents à rassembler. Il faut malheureusement reconnaître que le contexte hors Québec qui s'ajoute à votre situation engendrera des exigences additionnelles. Plusieurs covictimes se sont senties « perdues » à travers le labyrinthe administratif qu'il est nécessaire d'arpenter pour respecter toutes les formalités associées à l'obtention du certificat de décès et au rapatriement de la personne défunte.

« C'est beaucoup de choses à assimiler. [...] Tu essaies donc de comprendre, à l'aveugle. [...] Je me souviens de ne pas avoir su vraiment par où commencer. »

- Émy

La majorité des personnes endeuillées rencontrées ont évoqué s'être senties submergées par la complexité des démarches administratives à compléter. Ces nombreuses tâches s'ajoutent aux responsabilités de la vie quotidienne qui est, pour plusieurs, déjà bien occupée.

« Pendant ce temps-là, tu travailles, tu essaies de faire cela en parallèle... Tu as ta vie générale qui continue [et] tu as cette espèce de tourbillon, dans lequel il faut que tu embarques. »

- Élyse

Ce que dit la **RECHERCHE SCIENTIFIQUE**



Ces nouvelles exigences qui reposent sur la famille lors d'un homicide ont été mises en avant-plan au sein de certaines recherches scientifiques. À court terme, on y soulève l'apparition de responsabilités inopinées relatives à l'organisation des funérailles de la victime, de même que celles se rapportant aux communications avec les différentes instances du système de justice pénale.⁵⁶

⁵⁶ Malone L. (2007). In the aftermath: Listening to people bereaved by homicide. *Probation Journal*, 54, 383-393. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1177/0264550507083537>

Quelques pistes d'apaisement des proches endeuillés

TROUVER SON POINT D'ÉQUILIBRE

« Dans une certaine mesure, il faut que j'essaie de trouver un équilibre entre me donner beaucoup de temps et d'espace et de ne pas être anxieuse si je ne suis pas en mesure d'accomplir ces choses. »

- Émy

CONSULTER UN SPÉCIALISTE

« Toute seule, j'aurais trouvé cela plus dur. [...] J'étais accompagnée [et] je pouvais me reposer sur quelqu'un qui [me] prenait en charge. [...] J'avais quelqu'un qui était là pour me soutenir. »

- Évelyne

UN SEUL OBJECTIF PAR JOUR

« Je ne peux gérer qu'une chose par jour, surtout au début. [...] Au fur et à mesure que le temps passe, je suis en mesure d'augmenter ma capacité pour en faire plus. »

- Émy

ÉTABLIR SES PRIORITÉS

« Je choisisais mes priorités [...] Je m'occupais du rapatriement du corps, du service et c'était mon objectif numéro un, tout en prenant soin des survivants aussi. »

- Lina

LE PARTAGE DES RESPONSABILITÉS

« Demander aux gens de faire certaines choses [et] de ne pas être gêné de demander de l'aide... ce qui devient plus difficile avec le temps qui passe. [...] Dans les premiers temps, tu obtiens beaucoup de permissions et il faut les utiliser. Tu peux demander plus que tu ne le ferais en temps normal, et c'est correct. »

- Émy

LE SOUTIEN DES EXPERTS DE VÉCU

« J'ai fini par communiquer avec une personne qui avait vécu un homicide elle aussi. C'est elle qui m'avait dit "sens-toi bien à l'aise, si tu as des questions, appelle-moi, je vais essayer de t'aider du mieux que je peux". Je n'ai pas senti que j'ai dérangé, parce qu'elle était vraiment bienveillante. Une chance qu'on a eu ces gens-là parce que je ne sais pas comment j'aurais fait pour trouver certaines solutions [et] rapatrier le corps »

- Lina

L'obtention du certificat de décès

Lors d'un décès, la première étape à franchir est celle de l'obtention de l'acte ou du certificat de décès. Ce document est indispensable pour plusieurs démarches subséquentes, dont celle de la gestion de la succession et du rapatriement du corps. Lorsqu'un décès survient au Québec, le conjoint ou un proche de la famille du défunt doit tout d'abord rédiger une déclaration de décès qu'il fera parvenir au Directeur de l'état civil afin qu'il dresse l'acte de décès. Lorsqu'une personne décède à l'extérieur du Québec, toutefois, le processus diffère : le certificat doit alors être obtenu auprès des autorités de l'endroit où est survenu le décès.

Décès au Canada : comment obtenir le certificat de décès ?

Dans le cas où la personne est décédée dans une autre province canadienne, l'officier de l'état civil de la province où le décès est survenu a la responsabilité de produire l'acte de décès. Lorsque celui-ci est obtenu, vous pouvez demander au *Directeur de l'état civil* son ajout au *Registre de l'état civil du Québec*.⁵⁷ Si vous avez choisi de faire affaire avec une maison funéraire, celle-ci pourrait se charger d'obtenir le certificat auprès de l'officier de l'état civil de la province du décès.

Décès hors Canada : comment obtenir le certificat de décès ?⁵⁸

Dans le cas où l'homicide est survenu dans **un pays étranger**, vous devez obtenir un certificat de décès officiel auprès des autorités du pays où le décès est survenu. Lorsque celui-ci est obtenu, vous pouvez demander au *Directeur de l'état civil* son ajout au *Registre de l'état civil du Québec*.

Dans certains cas, le certificat de décès n'est disponible ni en français, ni en anglais. Dans ce cas, il faut s'assurer qu'il soit traduit officiellement dans une des deux langues officielles du Canada. Les maisons funéraires spécialisées peuvent se charger du processus relatif à l'obtention de ce document et d'en assurer la traduction.

Il faudra malheureusement vous armer de patience. Des retards dans l'obtention d'un certificat de décès officiel peuvent se produire pour diverses raisons, plus particulièrement si un rapport d'autopsie et des résultats d'analyses toxicologiques sont exigés.

Il est conseillé de demander plusieurs copies du certificat de décès traduit en français, puisque vous en aurez besoin à plusieurs étapes.

⁵⁷ Gouvernement du Québec (2022). Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale. Directeur de l'état civil. *Décès hors du Québec*. https://www.etatcivil.gouv.qc.ca/fr/deces/deces_hors_quebec.html#:~:text=Dans%20le%20cas%20d'un,dresse%20l'acte%20de%20d%C3%A9c%C3%A8s.

⁵⁸ Gouvernement du Canada (2022, 20 juillet). *Décès à l'extérieur du Canada*. <https://voyage.gc.ca/assistance/info-d-urgence/deces-a-l-etranger>

RESSOURCES UTILES

— Directeur de l'état civil du Québec

Si vous souhaitez vous-même effectuer les démarches pour obtenir l'acte de décès et le transmettre au Directeur de l'état civil du Québec, vous trouverez tous les renseignements nécessaires à partir du lien suivant :

<https://www.etatcivil.gouv.qc.ca/fr/insertion-acte.html>

o Téléphone :

- Québec : **418 644-4545**

- Montréal : **450 644-4545** ou **514 644-4545**

- Autres régions du Québec (numéro sans frais) : **877 644-4545**

- Hors du Québec (des frais s'appliquent) : **1 418 644-4545**

o Courriel : etatcivil@dec.gouv.qc.ca

Le rapatriement de la personne décédée

Il s'agit d'un sujet extrêmement délicat, mais qui ne peut être passé sous silence. Le rapatriement du corps du défunt est un enjeu central lorsque survient un décès hors Québec. Puisqu'il s'agit d'une situation hors du commun, plusieurs ont de la difficulté à s'y retrouver dans la marche à suivre. Cette section vise à vous outiller pour traverser cette étape.

Outre les considérations plus techniques qui seront présentées dans la section suivante, il importe de mettre en lumière les enjeux émotionnels qui peuvent émerger lors de la planification du rapatriement.

« Envoyer un corps dans un avion [...] c'est l'épreuve la plus difficile au monde de savoir que son petit corps était dans une boîte en avion. »

- José

L'idée que la dépouille soit en quelque sorte « expédiée » par voie aérienne peut être difficile à supporter. À ce sujet, notons que certains ont eu à faire des choix déchirants. Les contraintes financières ou l'état du corps peuvent notamment forcer la décision de faire inhumer ou incinérer le corps de la personne défunte à l'endroit du décès. Il faut savoir que toute personne décédée qui voyage à bord d'un avion doit avoir été embaumée au préalable. Dans le contexte où l'embaumement est impossible à réaliser, l'expédition du corps risque d'être refusée par le pays où l'homicide est survenu. La famille doit à ce moment se résigner à accepter la crémation, sur place, du corps du défunt.

⁵⁹ Gouvernement du Québec (2023, 12 janvier). *Situations particulières liées au décès*. <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/deces/situations-particulieres-liees-au-deces>



En provenance d'une province canadienne : comment fonctionne le rapatriement ?

Il faut s'adresser à une entreprise de services funéraires du Québec pour la planification du transport du corps du défunt. Un représentant de la maison funéraire aura la responsabilité de vous soutenir dans l'ensemble des démarches associées au rapatriement de la dépouille sur le territoire québécois.⁵⁹

En provenance d'un pays étranger : comment fonctionne le rapatriement ?

Vous pouvez vous adresser au bureau consulaire du pays où se trouve la dépouille afin de connaître les procédures en vigueur dans le pays concerné. Il importe de mentionner qu'à certains endroits, les installations pour embaumer et préparer les cendres en vue de leur transport sont limitées ou inexistantes. Vous pourriez donc avoir à tenir compte de certaines limitations locales dans vos décisions.

Le plus simple est toutefois de communiquer avec une entreprise de services funéraires du Québec ayant une expertise en rapatriement international afin d'être soutenu dans ces démarches. Sachez par ailleurs que certaines compagnies d'assurance voyage offrent un service de rapatriement du corps d'une personne décédée, ainsi qu'une ligne téléphonique d'urgence. Pour plus de renseignements à ce sujet, vous pouvez vous informer directement auprès de l'assureur.⁶⁰

Particularités relatives au transport de la dépouille ou des cendres par avion⁶¹

- Les règlements sur le rapatriement de la dépouille ou des cendres peuvent varier en fonction des compagnies aériennes.
- À noter que ce ne sont pas toutes les compagnies aériennes qui acceptent de transporter des cendres. Certaines d'entre elles acceptent uniquement de les transporter au moyen de leur service de transport de marchandises. Il faut par conséquent noter que si vous souhaitez être du voyage, vous risquez de ne pas voyager à bord du même avion que les cendres de la personne défunte.
- La maison funéraire doit fournir un contenant temporaire pour le transport des cendres. Ce récipient doit respecter les exigences des aéroports du pays de départ et d'arrivée.

Il faut savoir qu'un certain nombre de facteurs peuvent retarder le rapatriement du corps. Pour cette raison, la date des funérailles au Canada ne devrait pas être fixée avant que la dépouille ou les cendres n'aient traversé les douanes canadiennes.⁶³

Les documents nécessaires pour transporter la dépouille ou les cendres⁶²

- Vous aurez besoin d'une copie du certificat de décès précisant la cause du décès. On pourrait également exiger le certificat d'incinération.
- Les représentants des salons funéraires peuvent vous offrir davantage d'informations à ce sujet, au besoin.
- Si vous ne faites pas affaire avec une maison funéraire spécialisée, il faudra vérifier vous-même auprès du transporteur si d'autres documents sont requis. Selon le pays de départ et d'arrivée, d'autres documents peuvent être exigés :
 - o Le passeport annulé de la personne décédée;
 - o Le certificat d'incinération ou d'embaumement;
 - o Une lettre de l'entreprise de services funéraires du pays de départ;
 - o Un certificat d'enregistrement de décès;
 - o Un permis de transfert;
 - o Une lettre attestant que le défunt n'était pas atteint d'une maladie transmissible au moment du décès.

⁶⁰ Gouvernement du Québec (2023, 12 janvier). *Situations particulières liées au décès*. <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/deces/situations-particulieres-liees-au-deces>

⁶¹ Gouvernement du Canada (2022, 20 juillet). *Décès à l'extérieur du Canada*. <https://voyage.gc.ca/assistance/info-d-urgence/deces-a-l-etranger>

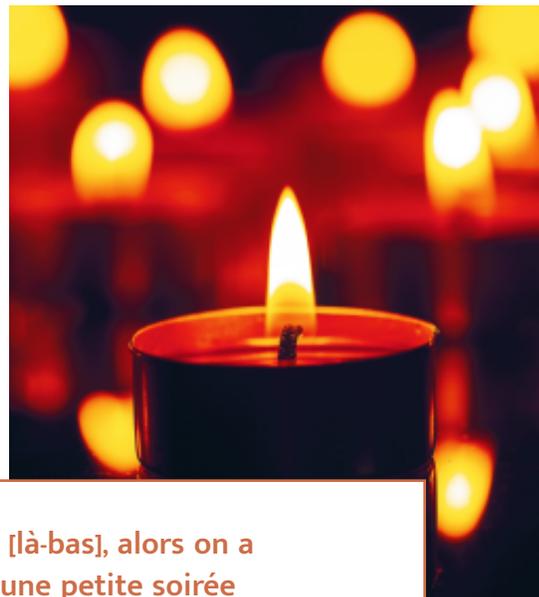
⁶² Gouvernement du Canada (2022, 20 juillet). *Décès à l'extérieur du Canada*. <https://voyage.gc.ca/assistance/info-d-urgence/deces-a-l-etranger>

⁶³ Gouvernement du Québec (2023, 12 janvier). *Situations particulières liées au décès*. <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/deces/situations-particulieres-liees-au-deces>

Les rites funéraires

Les choix relatifs aux rites et cérémonies funéraires sont très personnels. Pour la majorité des proches de personnes décédées à l'étranger, le retour du corps de la personne défunte auprès de la famille revêtait une importance significative.

En ce qui a trait aux rites funéraires, ce sont les vœux de la personne assassinée qui ont guidé les décisions relatives aux obsèques. C'est le cas de Stéphanie, qui s'est rendue dans le pays où est survenu l'homicide avec ses frères, où ils ont organisé la tenue d'une cérémonie.



« On savait qu'elle voulait répandre ses cendres [là-bas], alors on a respecté ce souhait. On a commencé par faire une petite soirée dans la cour chez mes amis. Ses amis sont venus la voir. On a fait un petit autel [avec des] bougies. Tout le monde a pu se recueillir. »

- Stéphanie

La tenue de cérémonies hors Québec peut impliquer la planification de funérailles subséquentes en sol québécois pour permettre aux proches n'ayant pas pu se déplacer de se recueillir à leur tour une dernière fois.

« Ses enfants, sa mère et sa sœur [y] vivent tous. Nous avons fait le service original là-bas [...] donc ici, nous avons fait quelque chose de beaucoup plus informel. »

- Emy

« La cérémonie, ce fut apaisant. [...] Cela a été dur, mais c'est ce qu'il fallait faire. »

- Emy

Malgré qu'il s'agisse d'une étape très douloureuse, le respect des derniers vœux de l'être aimé peut agir comme un baume.

Le rôle des maisons spécialisées

Il existe, pour vous venir en aide dans les procédures administratives susmentionnées, des maisons funéraires qui ont développé une expertise en rapatriement international. L'immense majorité des personnes endeuillées rencontrées se sont montrées satisfaites de l'aide reçue et n'ont pas regretté d'avoir fait appel à un tel service. Le personnel y est décrit comme « humain », « bienveillant », « accommodant » et « d'une délicatesse incroyable » par les familles.



Un décès criminel à l'étranger est un évènement des plus tragiques. MAP Assistance se veut rassurant et empreint d'empathie à l'égard des familles endeuillées.

Notre mission est d'accompagner les proches et de rendre le processus de rapatriement le plus simple possible pour eux.

- Services funéraires Magnus Poirier

Pour vous présenter le mandat de ces agences funéraires dans une situation comme la vôtre, vous trouverez dans les prochaines lignes un résumé des services en 10 questions adressées au Directeur de l'équipe *MapAssistance* de la maison funéraire Magnus Poirier, monsieur François Vézina.

Les services funéraires spécialisés en rapatriement international, en 10 questions :

1) Comment fonctionne le service de rapatriement international ?

D'abord, il est nécessaire de contacter la compagnie d'assurance de la personne décédée. Les assureurs ont des ententes préétablies avec les salons funéraires spécialisés. L'assureur se met ensuite en lien avec le salon funéraire, qui prend à sa charge la logistique associée au rapatriement de la dépouille.

Le conseiller de l'agence funéraire devient, à partir de ce moment, le contact principal de la famille. Les conseillers funéraires veillent à travailler de concert avec la famille du défunt. Ce sont les vœux de la famille qui guideront les dispositions qui seront prises pour le rapatriement de la personne décédée.

Les conseillers du salon funéraire prennent charge de toutes les procédures administratives en lien avec le rapatriement. Il faut savoir que les salons funéraires Magnus Poirier ont développé au fil des ans des liens de confiance avec des collègues du milieu funéraire qui se situent un peu partout dans le monde. Les protocoles de rapatriement sont mis en œuvre par l'entremise de ce réseau de contact à l'international.

2) Combien de temps peuvent durer ces procédures?

Cela dépend d'une multitude de facteurs. Il y a certains volets sur lesquels les agences funéraires n'ont aucun contrôle. Dans le cas d'un homicide, il faut savoir que le mandat de la maison funéraire ne peut débuter qu'une fois l'enquête policière close. Ce n'est que lorsque le corps de la personne décédée n'est plus requis aux fins d'enquête que les services funéraires peuvent débuter le processus lié au rapatriement.

3) En dehors du rapatriement du défunt, quel est le rôle d'une maison funéraire dans le cas d'un homicide hors Québec ?

Le rôle du conseiller funéraire est d'accompagner la famille de près dans l'ensemble du processus funéraire. L'objectif est d'alléger le processus de deuil et de reconforter la famille en s'assurant de répondre à leurs attentes et besoins spécifiques.

4) Quelles sont les démarches administratives qui peuvent être prises en charge par la maison funéraire spécialisée ?

Les maisons funéraires spécialisées ont pour mandat de guider la famille par rapport au volet administratif. Les conseillers se chargent notamment de réunir tous les documents requis en vue du rapatriement et de l'inscription du décès au registre de l'état civil. Les conseillers s'assurent que le certificat de décès soit conforme et traduit officiellement en français.

Il faut savoir toutefois que le personnel des maisons funéraires n'a aucun pouvoir sur le processus d'enquête et n'est pas autorisé à remettre les rapports de police à la famille.

5) Quelle est la formation des conseillers funéraires ?

Le personnel qui œuvre auprès des familles ne possède aucune qualification spécifique. Pour une institution funéraire telle que Magnus Poirier, le contact humain est la priorité. Ainsi, la capacité à faire preuve d'empathie et de sensibilité à l'égard des personnes endeuillées sont des prérequis pour faire partie de l'équipe.

6) De quelles manières sont orchestrées les communications entre la famille et la maison funéraire spécialisée ?

Il est requis qu'une seule personne de la famille soit mandatée pour recevoir les communications. Un ami de la famille peut également être désigné, ou prendre la relève à certaines étapes, si besoin.

Le personnel des maisons funéraires prend soin d'informer la famille en temps réel de toutes les étapes réalisées et des résultats obtenus. Généralement, les correspondances par courriel sont priorisées pour les questions administratives. Si la famille préfère être contactée par téléphone à chacune des étapes, les modalités peuvent être adaptées. Il revient à chaque famille de décider des modalités de communication privilégiées.

Enfin, les maisons funéraires spécialisées s'assurent qu'il y a toujours un membre du personnel en disponibilité pour répondre aux requêtes des familles endeuillées.

7) Est-ce que le salon funéraire peut lui-même effectuer les demandes d'aide financière aux différents régimes d'aide aux victimes ?

Non. Si certains frais sont admissibles pour remboursement par des fonds gouvernementaux, il est très rare que l'argent soit dirigé directement à la société qui s'est occupée du rapatriement. L'aide financière est acheminée aux familles, qui doivent elles-mêmes en faire la demande. Cependant, si la personne décédée avait des assurances rapatriement, le salon funéraire peut prendre charge des démarches avec la majorité des assureurs et les facturer directement.

8) Est-ce qu'un proche endeuillé pourrait accompagner le corps ou les cendres de la personne défunte à bord d'un avion?

Il y a plusieurs critères à respecter lors d'un transport de dépouille ou de cendres par voies aériennes. Il est possible d'entreprendre le voyage si désiré, mais il faut savoir qu'il est fort possible que vous ne puissiez voyager à bord du même avion que la personne décédée, en raison de divers règles et enjeux logistiques.

9) Est-il possible de faire appel à un salon funéraire spécialisé pour le rapatriement international et à une autre agence funéraire pour la planification des obsèques ?

Oui. Le salon funéraire spécialisé reconduira dans ce cas le défunt à l'institution funéraire choisie pour les cérémonies. Dans une telle situation, le corps ou les cendres pourraient, dans un premier temps, être conservés dans les installations de la maison funéraire spécialisée, qui se situe à Montréal, le temps que la famille convienne du salon dans lequel se tiendront les rites funéraires.

10) Est-ce qu'une maison funéraire spécialisée du Québec doit absolument rapatrier le corps au Québec ?

Non. Magnus Poirier a des contacts un peu partout à travers le monde, ce qui permet des rapatriements à l'international, d'un pays à l'autre. Par exemple, une personne défunte pourrait être transportée du Mexique à la France, si tel était le souhait de la famille, même si celle-ci réside au Québec.



Les témoignages de
proches endeuillés
quant aux services
funéraires spécialisés

« Ils sont outillés au
niveau de la bienveillance
envers les gens. [...] Ils
ont toujours réussi
à m'apaiser. »
- Évelyne

« La maison funéraire
s'est occupée de tous les
papiers, de l'acte de décès
[et] du certificat avec la
traduction. Honnêtement,
ils ont été parfaits.
Je n'ai rien à dire. »
- Lina

« Le salon funéraire, il faut
l'utiliser comme allié. [...] Il s'est
occupé de tout de A à Z et c'était
un service impeccable. Ma sœur
avait des assurances au travail
pour le rapatriement. Ils se
sont occupés de faire
la réclamation. »
- Évelyne

Les enjeux financiers

En plus des frais associés aux obsèques, il faut savoir que le rapatriement d'une dépouille ou de cendres peut être dispendieux.

« J'aurais préféré voir le corps [plutôt] que des cendres. C'est plus difficile de tourner la page avec des cendres, parce que tu ne vois pas. On dirait que tu n'es pas capable de faire la connexion que la personne ne sera plus là. Ça m'a dérangée, cet aspect-là, parce que moi, je tenais à avoir le corps. Mais quand j'ai vu que c'était trop d'argent [...] ce n'est plus une question de ce que je veux ou ne veux pas, c'est un fait. »

- Élyse

Il n'est pas rare que les proches endeuillés rencontrent des obstacles financiers pouvant freiner certaines démarches. Bien que le processus de deuil d'un être cher soit très émotif, vous pourriez avoir à prendre des décisions très rationnelles, objectivées selon les capacités financières de la famille.

« Pour rapatrier le corps, c'était à mes frais. Quand ma mère est allée au Mexique pour faire les démarches, c'était à mes frais. Alors, un gros pourcentage de tout ce qui est arrivé était à mes frais. Ça m'a touché financièrement, vraiment. »

- José

Certaines familles ont souffert de difficultés financières non négligeables ayant freiné les démarches, le temps de réunir les sommes nécessaires.



Les coûts associés au rapatriement du corps : quelques informations à retenir

Afin de vous aider à prendre les décisions les plus éclairées possibles et en fonction de votre capacité financière, voici quelques éléments à considérer :

- Les frais liés à un décès à l'étranger et au rapatriement de la personne décédée sont la responsabilité du plus proche parent ou de la succession de la personne décédée.
- Le salon mortuaire situé dans le pays où le décès est survenu peut exiger un paiement en garantie ou un acompte avant de débiter les procédures.
- Les coûts associés aux services d'interprétariat et de traduction, ainsi que les cérémonies à l'étranger, peuvent faire grimper la facture.
- Les assureurs ne paient pas toujours les frais directement. Il est possible que vous ayez à assumer des frais qui vous seront remboursés dans un second temps.
- Si le plus proche parent ou la succession n'est pas en mesure d'assumer les frais, les dispositions finales seront à la discrétion du pays où la personne est décédée. Ceci peut impliquer l'inhumation de la dépouille dans une fosse commune ou le don du corps à un établissement d'enseignement.⁶⁴

Certains régimes d'assurance peuvent couvrir certains frais relatifs à un décès survenu hors Québec. Il est important de vérifier tous les régimes d'assurance auxquels la personne décédée adhérait (p. ex. des assurances personnelles, des assurances voyage privées ou des assurances collectives).

Le régime d'indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC) peut aussi rembourser les frais occasionnés par le transport du corps, selon le mode de transport le plus économique et à condition qu'ils n'aient pas été remboursés par un autre régime public. Les intervenants des CAVAC peuvent vous accompagner dans vos demandes d'indemnisation.

Ce que dit la RECHERCHE SCIENTIFIQUE



Les difficultés financières rencontrées par les familles de personnes assassinées sont documentées dans la littérature scientifique. On y soulève la lourde charge économique que doivent supporter les familles qui deviennent responsables des frais d'obsèques, des frais des experts juridiques consultés ainsi que des frais de déplacement et d'hôtel lorsqu'elles assistent aux procédures judiciaires. Dans un tel contexte, la capacité à absorber ces dépenses est une préoccupation constante, surtout si la personne décédée était le principal soutien financier de la famille. De plus, les covictimes qui tentent d'obtenir des prêts bancaires pour couvrir les coûts ou des demandes de prestations peuvent également rencontrer des frustrations supplémentaires.^{65 66}

⁶⁴ Gouvernement du Canada (2022, 20 juillet). *Décès à l'extérieur du Canada*. <https://voyage.gc.ca/assistance/info-d-urgence/deces-a-l-etranger>

⁶⁵ Malone L. (2007). In the aftermath: Listening to people bereaved by homicide. *Probation Journal*, 54, 383-393. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1177/0264550507083537>

RESSOURCES UTILES

— **Le régime d'indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC)**

- o Site internet : <https://www.ivac.qc.ca/Pages/default.aspx>
- o Téléphone (région de Montréal) : **514 906-3019**
- o Téléphone sans frais (au Canada seulement) : **1 800 561-4822**

— **Les Centres d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)**

- o Site internet : <https://cavac.qc.ca/>
- o Téléphone : **1 866 LE CAVAC (1 866 532-2822)**

— **L'Ombudsman des assurances de personnes (OAP)**

Pour vérifier si une personne décédée était bénéficiaire d'une police d'assurance émise au Canada, vous pouvez vous référer à l'OAP pour procéder à une recherche de police.⁶⁶

Vous pouvez vous référer au site internet de l'OAP pour les détails :
<https://oapcanada.ca/assurance/recherche-de-police-perdue/#comment>

⁶⁶ Ombudsman des assurances de personnes (2023). *Recherche de police d'un défunt*. <https://oapcanada.ca/assurance/recherche-de-police-perdue/#comment>

Le rapatriement des effets personnels

Si la personne décédée avait quitté temporairement la province, elle avait nécessairement emporté avec elle quelques items. Si vous souhaitez récupérer ces effets personnels, la question qui se pose est de savoir de quelle manière leur rapatriement peut être orchestré.

« On ne sait pas quel bord prendre. On va voir qui ? On demande cela à qui ? »

- Sylvie

Les prochaines rubriques visent à vous outiller à ce sujet. Mais avant, il importe de souligner que la réception des effets personnels du défunt est une étape très sensible pour la majorité des familles endeuillées. Parmi les proches qui ont pu récupérer les affaires du défunt, plusieurs ont témoigné avoir vécu des instants très anxiogènes à l'idée de découvrir ce que contenaient les sacs acheminés. Plusieurs craignaient notamment d'être exposés à des indices de violence.

« C'est le gros stress d'ouvrir les valises. Qu'est-ce qu'on va découvrir ? [...]

Je ne savais pas ce que j'allais trouver. »

- Évelyne

Rappelons que si vous employez les services d'une maison funéraire spécialisée, celle-ci pourra s'assurer qu'aucun effet personnel souillé ne soit rapatrié. De plus, cela vous permettra d'être accompagné par un conseiller funéraire lors de l'ouverture des valises.



Au Canada : comment récupérer les effets personnels ?

Vous pouvez adresser cette requête au **corps policier saisi de l'enquête**. Si les objets en question sont considérés comme des éléments de preuve, il faudra attendre la fin des procédures criminelles pour les récupérer.

Hors Canada : comment récupérer les effets personnels ?

À noter que vous ne pourrez pas récupérer les objets de la personne décédée si ceux-ci sont retenus par le corps policier local à des fins d'enquête.

Si vous employez des **services funéraires spécialisés en rapatriement international**, la meilleure option est de vous renseigner auprès d'elle sur les possibilités offertes.

Dans tous les cas, pour toute autre situation particulière, vous pouvez vous adresser à un intervenant des CAVAC qui pourra vous aider à trouver la bonne ressource.

Les conséquences d'un homicide sont multiples pour la famille et l'entourage élargi. Elles peuvent se présenter sous diverses formes et faire surface à différents moments de votre vie. Elles peuvent aussi varier en fonction de votre âge, de votre lien avec la personne victime, des réactions de votre entourage et de l'aide que vous avez pu obtenir à la suite du drame. La prochaine section vous offre un aperçu de la portée des effets d'un tel drame – il ne s'agit pas d'une liste exhaustive – tels que révélés par les proches rencontrés.

Les conséquences psychologiques

La tristesse, la déprime et la perte d'intérêt pour les activités

« Il y avait un certain temps où je pleurais et je n'avais pas envie de manger. Je n'avais plus envie de rien. J'avais comme perdu le goût à la vie. Pourtant, j'ai toujours aimé la vie. J'aime la vie. Mais j'avais la sensation que la vie ne valait pas la peine. »
- José

Les idéations suicidaires

« J'ai dû gérer des pensées suicidaires depuis que je suis enfant, mais cela n'a jamais été aussi fort que depuis que tout ça est arrivé. »
- Stéphanie

Ce que dit la RECHERCHE SCIENTIFIQUE



Les études démontrent que maintes covictimes d'homicide peuvent souffrir de dépression⁶⁷ en plus de se voir à risque de subir des complications relatives au processus de deuil.^{68 69} La recherche scientifique qui s'intéresse à l'expérience du deuil du point de vue des covictimes révèle également que ces dernières peuvent expérimenter une baisse d'intérêt pour les activités autrefois significatives. L'évitement des situations qui peuvent rappeler l'homicide et/ou la personne décédée peut contribuer à la réduction de la participation à ces activités.⁷⁰

Le stress et l'anxiété

« Tout est une question d'anxiété, mais dès que ma fille ne rentre pas, dès qu'il arrive quelque chose, je panique. J'ai des réactions complètement démesurées. [...] J'ai de la difficulté à gérer tout cela. Je m'imagine tout de suite le pire. »

- Évelyne

Les pensées envahissantes et la reviviscence des évènements

« Parfois, je me mets à penser et je fais comme un film. Je m'imagine comment c'est arrivé. »

- José

⁶⁷ Rheingold, A. A. et Williams, J. L. (2015). Survivors of Homicide: Mental Health Outcomes, Social Support, and Service Use Among a Community-Based Sample. *Violence and victims*, 30(5), 870–883. <https://doi.org/10.1891/0886-6708.VV-D-14-00026>

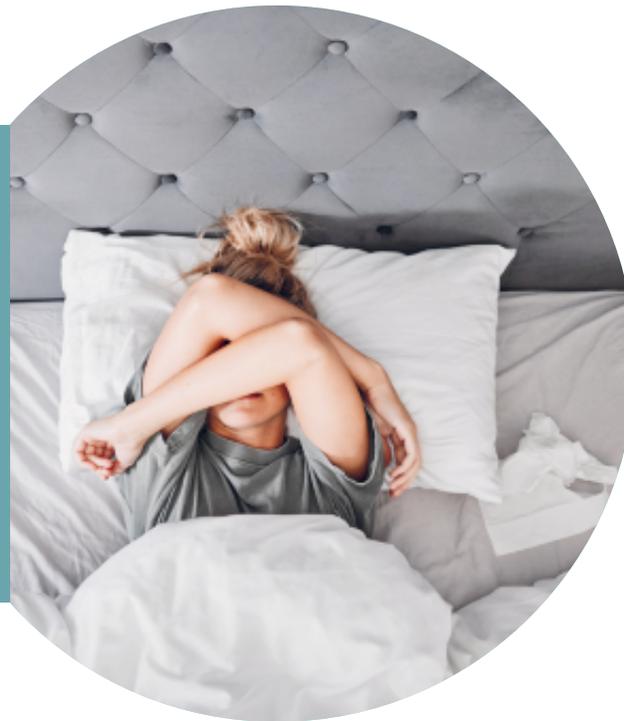
⁶⁸ McDevitt-Murphy, M. E., Neimeyer, R. A., Burke, L. A., Williams, J. L. et Lawson, K. (2012). The toll of traumatic loss in African Americans bereaved by homicide. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(3), 303–311. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1037/a0024911>

⁶⁹ Rheingold, A. A. et Williams, J. L. (2015). Survivors of Homicide: Mental Health Outcomes, Social Support, and Service Use Among a Community-Based Sample. *Violence and victims*, 30(5), 870–883. <https://doi.org/10.1891/0886-6708.VV-D-14-00026>

⁷⁰ Hertz, M. F., Prothrow-Stith, D. et Chery, C. (2005). Homicide survivors: research and practice implications. *American journal of preventive medicine*, 29(5), 288–295. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2005.08.027>

« Certaines choses qui sont réactivées par des déclencheurs [...] te renvoient dans une spirale. [...] Ce n'est pas comme si je me mettais à crier ou à pleurer, mais quand cela arrive, les jours suivants, je me sens comme si j'étais sous une couverture lestée. »

- Émy



La peur et le sentiment de sécurité bouleversé

« Même s'il était enfermé et que j'étais chez moi, j'ai passé des nuits complètes, assise dans mon sofa à avoir peur qu'il entre et qu'il vienne me tuer. Même si ce n'est pas rationnel, l'idée qu'il vienne de [là-bas] jusqu'au Canada... Dans ces conditions-là, c'était pratiquement impossible, mais l'idée était quand même là. Et la peur était là. »

- Stéphanie

« Parfois, je me dis qu'il va venir jusqu'ici me tuer. [...] Ça me traverse l'esprit. Tu sais, les folies qu'on peut penser. »

- Claire

Ce que dit la **RECHERCHE SCIENTIFIQUE**



Si l'être humain considère généralement le monde comme un endroit stable, ordonné et sécuritaire, cette conception peut changer drastiquement pour faire place à un plus grand sentiment de vulnérabilité après l'exposition à un décès traumatique.⁷¹ Il est également démontré que ceci peut conduire les survivants d'un homicide à modifier leurs habitudes quotidiennes pour éviter, par exemple, de sortir de la maison à certains moments de la journée ou à éviter certains lieux, alors que d'autres se prémunissent de mesures de sécurité supplémentaires comme l'installation d'un système d'alarme.⁷²

La colère, la frustration et l'irritabilité

« Je n'avais pas de filtre ... J'étais irritable au plus haut point, impatiente.
Ce n'est pas moi... Je mets des gants blancs habituellement.
Je suis une personne quand même assez diplomate. »

- Évelyne

« C'est difficile de ne pas être en colère contre le pays au complet. »

- Stéphanie

⁷¹ Miller L. (2009). Family survivors of homicide: Symptoms, syndromes, and reaction patterns. *The American Journal of Family Therapy*, 37, 67-79.
doi: 10.1080/01926180801960625

⁷² Rinear E. E. (1988). Psychosocial aspects of parental response patterns to the death of a child by homicide. *Journal of Traumatic Stress*, 1, 305-322.
doi: 10.1007/BF00974767

Les sentiments de blâme et de culpabilité

« Une immense culpabilité, souvent, qui accompagne les gens qui perdent un enfant assassiné. On se sent toujours coupable. C'est terrible. [...] C'est comme si on aurait dû prévoir l'avenir, dans une boule de cristal. On va se dire " je n'aurais pas dû laisser mon enfant aller au dépanneur" ou bien "c'est ma faute". »

- Claire

« Le meurtrier, quand il s'est suicidé, je me suis sentie soulagée. Je n'avais plus à m'en faire, à penser à cette personne. Je me suis sentie coupable. J'avais l'impression d'être une mauvaise personne d'être contente que quelqu'un soit mort. »

- Stéphanie

Ce que dit la RECHERCHE SCIENTIFIQUE



Plusieurs proches endeuillés font état de sentiments de rage, de blâme et de culpabilité qui surviennent après qu'un membre de la famille ait été assassiné.⁷³ Des études ont démontré qu'un fort pourcentage de covictimes avaient eu l'impression d'être verbalement plus hostiles ou d'être devenues des personnes plus colériques depuis l'homicide.⁷⁴ Ce sentiment de colère peut être dirigé vers le meurtrier ou se transposer en blâme. Par exemple, certains survivants ont tendance à reprocher à des personnes de l'entourage de ne pas avoir protégé la victime.⁷⁵ Des auteurs avancent également que, chez certaines personnes, la colère ou le blâme peut être dirigé envers soi. C'est alors qu'on parle d'autoculpabilisation. Cet état peut notamment entraîner l'adoption d'attitudes surprotectrices.⁷⁶

⁷³ Connolly, J. et Gordon, R. (2015). Co-victims of Homicide: A Systematic Review of the Literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 16(4), 494–505. <https://doi.org/10.1177/1524838014557285>

⁷⁴ Evans C., Hobdell K. et Mezey G. (2002). Families of homicide victims: Psychiatric responses and help-seeking. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 75, 65–75. doi: 10.1348/147608302169553

⁷⁵ Friedman L. N., Getzel G. et Masters R. (1988). Helping families of homicide victims: A multidimensional approach. *Journal of Traumatic Stress*, 1, 109–125. doi: 10.1007/BF00974908

⁷⁶ Rinear E. E. (1988). Psychosocial aspects of parental response patterns to the death of a child by homicide. *Journal of Traumatic Stress*, 1, 305–322. doi: 10.1007/BF00974767

Un sentiment de perte de repères

« Ma vie, c'est un paquet de morceaux de puzzle dans une boîte sans image. C'est ça, ma nouvelle vie. Il faut que je la refasse à mesure. Je ne peux pas dire "je vais attendre à demain". [...] C'est un nouveau puzzle et je ne sais pas combien il y a de morceaux. Je ne sais rien. Il n'y a rien d'écrit sur la boîte, mais il faut que je fasse le puzzle. Il n'y a pas de point de référence. Tu n'as plus de repères. »

- Jean

Des changements dans la façon d'entrevoir le monde

« Il y a longtemps que je n'ai plus de lunettes roses. J'ai tout enlevé et j'ai jeté cela aux poubelles. Je ne suis pas négative, je suis plutôt réaliste. Je suis plus froide face à plein de choses. On dirait que je me suis enlevé le droit au bonheur. C'est bizarre. C'est peut-être ma façon de me défendre. »

- Élyse

Un bouleversement du système de valeurs

« Ton être au complet explose en trois milliards de morceaux. Il éclate. Toutes tes valeurs, tout ce que tu pensais fermement, ce n'est plus là. »

- Stéphanie



Une difficulté à se projeter dans l'avenir

« Je vis beaucoup au jour le jour. [...] Depuis cet évènement, je ne suis jamais capable de me projeter plus loin que demain... et encore, je ne suis pas certaine que je sois capable de prendre des décisions sur ce qui va se passer demain. »

- Élyse

Ce que dit la RECHERCHE SCIENTIFIQUE

Ces changements dans la façon d'entrevoir la vie sont communément désignés dans la littérature scientifique en tant que conséquences « cognitives ». La vision du monde, qui était autrefois considéré comme ordonné et juste, peut basculer de sorte qu'il est perçu comme un endroit cruel, injuste et sans compassion.⁷⁷ Celles-ci peuvent également comprendre une altération de la confiance envers la société en général, qui est perçue comme ayant failli à la protection la victime.⁷⁸

⁷⁷ King K. (2004). It hurts so bad: Comparing grieving patterns of the families of murder victims with those of families of death row inmates. *Criminal Justice Policy Review*, 15, 193-211. doi: 10.1177/0887403404263625

⁷⁸ Connolly, J. et Gordon, R. (2015). Co-victims of Homicide: A Systematic Review of the Literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 16(4), 494-505. <https://doi.org/10.1177/1524838014557285>

Un mot sur l'état de stress post-traumatique (ESPT)

Lorsqu'exposé à un évènement traumatique, le cerveau doit travailler à sa cicatrisation cognitive afin de retrouver un équilibre. Il arrive toutefois que le système nerveux ne soit pas en mesure d'absorber le choc et les symptômes découlant du traumatisme peuvent alors altérer sérieusement le fonctionnement global de la personne. C'est alors que certaines manifestations – telles que le fait de revivre en boucle l'évènement ou les émotions qui y sont associées –, peuvent perdurer dans le temps. Un ESPT peut être à l'origine de ces symptômes persistants, qui peuvent être particulièrement invalidants pour le quotidien des personnes endeuillées.

« Ça m'a énormément ébranlée. Ça a déclenché un choc post-traumatique. Aujourd'hui, je peux être hantée par ces images-là, à certains moments. »

- Stéphanie

117

Les manifestations de l'état de stress post-traumatique

De nombreuses études qui se sont penchées sur les effets d'un deuil traumatique ont indiqué qu'il existait une forte prévalence de l'état de stress post-traumatique chez les personnes survivantes de l'homicide d'un proche.^{79 80}

L'état de stress post-traumatique peut se manifester après avoir été exposé à la mort, à une menace de mort, à une blessure grave ou à des violences sexuelles d'une ou de plusieurs des façons suivantes :

- 1) En étant directement exposé;
- 2) En étant témoin direct;
- 3) En apprenant qu'un évènement traumatique est arrivé à un membre de la famille ou à un proche;
- 4) En étant exposé de manière répétée ou extrême à des éléments traumatiques.

⁷⁹ Rheingold, A. A. et Williams, J. L. (2015). Survivors of Homicide: Mental Health Outcomes, Social Support, and Service Use Among a Community-Based Sample. *Violence and victims*, 30(5), 870–883. <https://doi.org/10.1891/0886-6708.VV-D-14-00026>

⁸⁰ Zinzow, H. M., Rheingold, A. A., Byczkiewicz, M., Saunders, B. E. et Kilpatrick, D. G. (2011). Examining posttraumatic stress symptoms in a national sample of homicide survivors: prevalence and comparison to other violence victims. *Journal of traumatic stress*, 24(6), 743–746. <https://doi.org/10.1002/jts.20692>

Les symptômes associés à ce trouble sont très intrusifs, peuvent occasionner une détresse psychologique considérable et altérer sérieusement le fonctionnement. Sans en dresser la liste exhaustive, voici quelques symptômes répertoriés par le Manuel de Diagnostic des troubles mentaux (DSM-V)⁸¹:

- Souvenirs répétitifs, involontaires et envahissants des événements traumatiques;
- Rêves répétitifs se rapportant aux événements traumatiques;
- Réactions dissociatives (p. ex. flashbacks);
- Sentiment de détresse ou réactions physiologiques lors de l'exposition à des indices se rapportant aux événements;
- Évitement de stimuli, de souvenirs, de situations ou de pensées associés aux événements traumatiques;
- Incapacité de se souvenir d'un aspect important se rapportant aux événements traumatiques;
- Croyances ou attentes négatives persistantes et exagérées quant aux perceptions de soi, des autres ou du monde (p. ex. : « on ne peut faire confiance à personne », ou « le monde entier est dangereux »);
- Distorsions cognitives persistantes, à propos de la cause ou des conséquences des événements traumatiques, qui peuvent entraîner des sentiments de blâme ou d'autoculpabilisation;
- État émotionnel négatif persistant (p. ex. crainte, horreur, colère, culpabilité ou honte);
- Baisse importante de l'intérêt pour les activités;
- Sentiment de détachement ou sentiment d'être étranger par rapport aux autres;
- Incapacité persistante d'éprouver des émotions positives;
- Comportement irritable ou accès de colère (avec peu ou pas de provocation) qui s'exprime typiquement par une agressivité verbale ou physique envers des personnes ou des objets;
- Comportement irréflecti ou autodestructeur;
- Hypervigilance;
- Réactions de sursaut exagérées;
- Difficultés de concentration;
- Perturbations sur le plan du sommeil.

Selon les experts de la littérature scientifique se rapportant au deuil traumatique, l'un des symptômes les plus fréquemment rapportés chez les personnes souffrant d'un état de stress post-traumatique induit par l'homicide d'un être cher est le fait de revivre l'homicide. Cette manifestation peut se traduire notamment par des rêves récurrents à propos de l'homicide, dans lesquels l'accent peut se poser sur une portion douloureuse de l'homicide ou encore dans lesquels la victime a été sauvée.⁸³

N'oubliez pas que seul un médecin compétent peut apposer un tel diagnostic. Si vous reconnaissez certains de ces symptômes, n'hésitez pas à consulter. Il est important que l'ESPT soit rapidement pris en charge puisque celui-ci peut faire obstacle au bon déroulement du processus de deuil.

⁸¹ American Psychiatric Association (2015). *DSM-5 : manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux* (traduit par J.-D. Guelfi et M.-A. Crocq, se éd.). Elsevier Masson.

⁸³ Rinear E. E. (1988). Psychosocial aspects of parental response patterns to the death of a child by homicide. *Journal of Traumatic Stress*, 1, 305-322.
doi: 10.1007/BF00974767

RESSOURCES UTILES

— Le Centre d'étude sur le trauma

Le Centre d'étude sur le trauma de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal a pour objectif de contribuer à l'amélioration de la santé mentale des personnes exposées à des événements traumatiques.⁸⁴ Vous trouverez, sur leur site internet, divers outils et conseils destinés aux personnes touchées et à leurs proches.

- o Site internet : <https://trauma.criusmm.net/personnes-touchees/>
- o Téléphone : **514 251-4000**, poste 3734

— La rubrique sur l'État de stress post-traumatique (ESPT) du gouvernement du Québec

Cette rubrique propose diverses informations se rapportant à la description de l'ESPT et de ses symptômes, aux traitements possibles de même que sur les ressources d'aide disponibles.

- o Site internet : <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-mentale/informer-sur-troubles-mentaux/troubles-mentaux/etat-stress-post-traumatique#c3467>

— L'association canadienne de prévention du suicide (ACPS)

Sur le site internet de l'ACPS, vous trouverez un répertoire de tous les organismes qui offrent des services de soutien en matière de santé mentale à travers le Canada.

- o Pour accéder au répertoire des ressources :
<https://fr.suicideprevention.ca/ressources/>

— Suicide.ca

- o Téléphone : **1 866 APPELLE (1 866 277-3553)**
- o Messagerie texte : **535353**
- o Site internet (et clavardage) :
<https://suicide.ca/fr/clavarder-avec-un-intervenant>

⁸⁴ Centre d'étude sur le trauma (2019). À propos. *Notre mission*. <https://trauma.criusmm.net/a-propos/>

Les effets sur la santé physique

La perte d'appétit

« Alors que je ne mangeais pas, je commençais à me sentir comme étourdi.
Parce que vous savez, je n'avais envie de rien. Je ne dormais pas.
Je ne mangeais pas. Rien. »

- José

Les difficultés de sommeil

« Je n'ai pas trouvé le sommeil après que
mon frère soit parti. [...] J'ai l'impression
de ne pas avoir un sommeil réparateur. »

- José

« Durant cette période-là, je faisais des
terreurs nocturnes [...] en lien avec cela. »

- Élyse



La fatigue et la perte d'énergie

« Je ne faisais pas grand-chose. [...] Je me souviens quand j'allais voir ma psychologue [...] je revenais et il fallait je me repose pendant deux jours. J'étais épuisée. »

- Claire

« C'est une expérience traumatisante, alors mon niveau d'énergie est très bas et j'ai beaucoup de symptômes associés à cela, avec lesquels j'apprends tranquillement à vivre. »

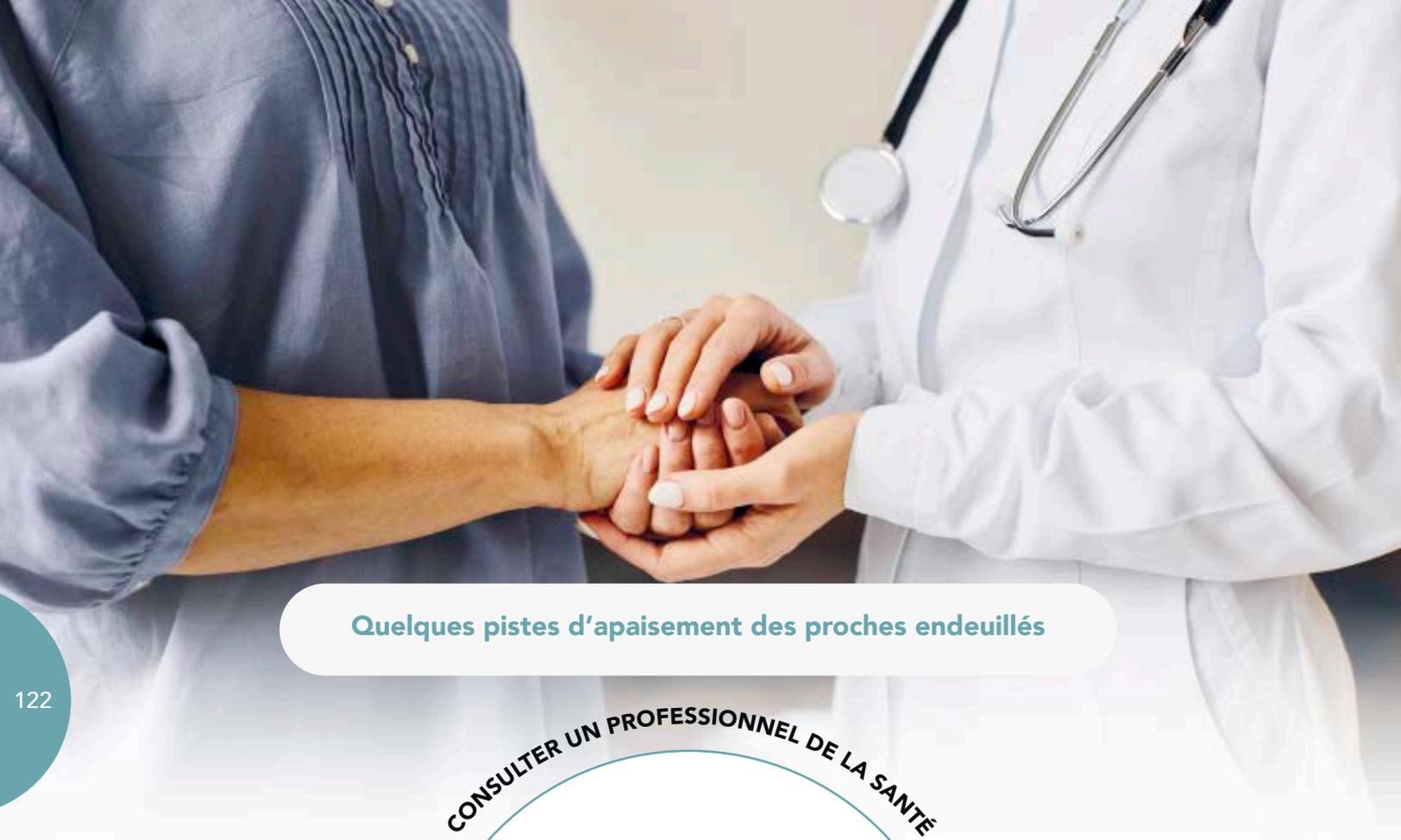
- Évelyne

Ce que dit la RECHERCHE SCIENTIFIQUE

De nombreuses études scientifiques établissent un lien entre les problèmes de santé physique, l'exposition à un traumatisme et l'état de stress post-traumatique (ESPT).⁸⁵ La littérature scientifique soulève que de nombreux facteurs associés au traumatisme peuvent entraîner le développement de problèmes de santé sous-jacents, y compris les conséquences reliées au stress chronique. De plus, les personnes ayant été exposées à un traumatisme présentent un risque plus élevé de tomber malades en raison du stress lié au traumatisme qui peut altérer les fonctions du système immunitaire.⁸⁶

⁸⁵ Green, B. L., Epstein, S. A., Krupnick, J. L. et Rowland, J. H. (1997). Trauma and medical illness: Assessing trauma related disorders in medical settings. Dans J. Wilson et T. M. Keane (Dir.), *Assessing psychological trauma and PTSD* (p. 160-191). Guilford.

⁸⁶ Carlson, E. B. et Dalenberg, C. J. (2000). A conceptual framework for the impact of traumatic experience. *Trauma, Violence & Abuse*, 1(1), 4-28. <http://www.jstor.org/stable/26636344>



Quelques pistes d'apaisement des proches endeuillés

CONSULTER UN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ

« Je pense que c'est très important dans ce contexte et cette situation particulière que je puisse être suivie par un docteur, parce qu'il y a des problèmes de santé potentiels. Il y a des problèmes de santé mentale [et] des problèmes physiques qui surgissent. »

- Émy

Les conséquences sur le plan social, familial et relationnel

Les effets sur les relations familiales, conjugales et sociales

« [C'est comme si on avait] mis un caillou dans mon soulier. Le caillou se déplace. Le deuil fait pareil. [...] c'est pendant que je fonctionne, que je déplace mon caillou. Le deuil de ma femme déplace mon caillou. Sa manière de vivre le deuil est parfois un irritant. Et je suis un irritant pour le sien, parce qu'on n'est pas sur la même longueur d'onde. On est côte à côte, mais on n'est pas sur des rails. On n'est pas tous les deux à la même place. »

- Jean

« Avec mon conjoint [...], c'est un enjeu que je dois travailler en psychothérapie parce que je le vois comme une menace. Cela a teinté la perception que j'ai des hommes, alors que je sais très bien, fondamentalement, que c'est un homme bon qui est tout à fait sain. »

- Évelyne

Un sentiment de solitude

« Les gens disparaissent autour de vous, mais je comprends, parce que la souffrance est tellement immense. [...] Les gens ne peuvent pas supporter cela tout le temps parce que cela vient beaucoup chercher les émotions. [...] C'est épuisant pour la personne, mais c'est épuisant aussi pour l'entourage. »

- Claire



Le sentiment d'être étranger au monde extérieur

« Après le décès [et] quelque temps après [...] tu ne sais plus qui tu es. [Comme si] tu venais d'apparaître d'une autre planète. Tu te sens comme ça. »

- Jean

Ce que dit la RECHERCHE SCIENTIFIQUE



Des études démontrent que la perte tragique qui résulte de l'homicide d'un membre de la famille engendre des conséquences généralisées qui affectent tous les aspects de la vie familiale.⁸⁷ Après un tel drame, les membres de la famille peuvent ressentir des émotions similaires qui s'inscrivent dans le processus de deuil telles que le chagrin, la rage, la culpabilité, la honte et le blâme, mais à des moments différents. Les stratégies d'adaptation adoptées peuvent également différer d'un individu à l'autre de la cellule familiale, ce qui peut générer des frictions. Par exemple, une mère qui décide d'investir son temps à faire des pressions pour apporter des changements à la législation peut irriter un père endeuillé qui estime qu'il est temps d'accepter les choses telles qu'elles sont.⁸⁸ Des changements significatifs peuvent également se produire dans la manière dont les survivants d'un homicide interagissent avec leur entourage. Plusieurs rapportent que l'homicide les a éloignés des collègues et amis.⁸⁹

⁸⁷ Persons R. (1990). Psychotherapist and widower. *The Psychotherapy Patient*, 6, 71–80. doi: 10.1300/JJ358V06N03_05

⁸⁸ Asaro, M. R. et Clements, P. T. (2005). Homicide bereavement: a family affair. *Journal of Forensic Nursing*, 1(3), 101–106. <https://doi.org/10.1111/j.1939-3938.2005.tb00025.x>

⁸⁹ Rinear E. E. (1988). Psychosocial aspects of parental response patterns to the death of a child by homicide. *Journal of Traumatic Stress*, 1, 305–322. doi: 10.1007/BF00974767

RESSOURCES UTILES

- **L'association des Familles de Personnes assassinées ou disparues (AFPAD)**
 - o Téléphone : **514 396-7389**
 - o Téléphone (sans frais) : **1 877 484-0404**
 - o Courriel : **administration@afpad.ca**

- **Le Centre canadien de ressources pour les victimes de crimes (CCRVC)**
 - o Courriel : **crcvc@crcvc.ca**
 - o Téléphone : **1 877 232-2610**

Les conséquences sur le plan professionnel, académique et financier

- Arrêt de travail ou de fréquentation scolaire
- Perturbations sur le plan de la carrière
- Perturbations sur le cheminement académique
- Rupture du lien d'emploi
- Difficultés lors du retour à l'emploi
- Difficultés de concentration au travail
- Remises en question des priorités
- Manque de soutien dans le milieu de travail
- Pertes salariales
- Dettes financières



Ce que dit la **RECHERCHE SCIENTIFIQUE**



Les experts soulignent que nombreuses covictimes doivent procéder à des ajustements sur le plan professionnel durant la période de deuil suivant l'homicide. Par exemple, une étude a permis de mettre en lumière que la plupart des parents d'enfants assassinés trouvaient extrêmement difficile de retourner au travail après le drame.⁹⁰ Plusieurs rapportent également avoir quitté de leur propre chef leur emploi ou avoir vécu une rupture du lien d'emploi en conséquence aux absences répétées.⁹¹

⁹⁰ Buzzi B. et DeYoung R. (2003). Ultimate coping strategies: The differences among parents of murdered or abducted, long-term missing children. *Journal of Death and Dying*, 47, 343-360. doi:10.2190/qytt-gcix-mnlx-6wlu

⁹¹ Evans C., Hobdell K. et Mezey G. (2002). Families of homicide victims: Psychiatric responses and help-seeking. *Psychology and Psychotherapy: Therapy, Research and Practice*, 75, 65-75. doi: 10.1348/147608302169553

Les conséquences en lien avec les objectifs personnels

Des remises en question

« J'ai une bonne carrière, mais j'ai décidé de ne pas avoir d'enfants.
J'ai décidé que c'était trop de choses autour de moi. »

- Claire

Des projets personnels chamboulés

« On pensait peut-être déménager, puis finalement cela n'a pas eu lieu.
Mon conjoint trouvait qu'on vivait trop de choses en même temps. »

- Lina



Quelques conséquences spécifiques au contexte hors Québec

Des changements dans les habitudes de voyage

« C'est dangereux. Moi, je ne me sens pas bien d'aller là. Quand j'étais jeune, je voyageais et je suis allée à plein d'endroits. [...] Mais je n'y retournerai pas. Jamais. Je ne peux plus, j'ai trop peur. Je voyagerais peut-être en Europe, mais c'est tout... si je peux voyager. »
- Stéphanie

Des sentiments de crainte persistants pour les voyageurs

« Chaque fois que quelqu'un que je connais va [dans ce pays] je ne me sens pas bien. Depuis cet évènement, j'ai toujours peur que les gens que j'aime meurent. »
- Stéphanie

Une perception différente de la région ou de la culture

« J'avais une certaine image [de ce pays] : les touristes, le beau temps, les margaritas... Et je pensais vraiment bien connaître le pays, mais c'est vrai que je ne connaissais pas l'envers de la médaille. [...] Alors, quand c'est arrivé, au fil des évènements, j'ai découvert un autre côté [...] qui m'a horrifiée. »
- Stéphanie

Des sentiments de trahison

« Je me suis sentie trahie. Je sais que cela peut paraître absurde, [...] mais c'est comme cela que je me suis sentie. Ma mère faisait beaucoup pour l'endroit. »
- Stéphanie

Quelques pistes d'apaisement supplémentaires



Cette section vise à vous présenter quelques stratégies mises de l'avant par les proches endeuillés qui peuvent aider à apaiser la douleur. Toutes les pistes d'apaisement proposées n'auront peut-être pas de sens pour vous. Votre parcours est unique : appliquez celles qui vous inspirent et qui vous font du bien et permettez-vous de les adapter à vos besoins. Soulignons de plus qu'il n'existe pas de solution unique. C'est généralement la combinaison de différentes stratégies d'adaptation qui contribue réellement à l'amélioration du bien-être.

« Ce qui m'a aidée, c'est la psychologue, les gens qui se sont rassemblés autour de moi, mes amis bouddhistes [et] le docteur. »

- Claire

L'aide du réseau de soutien

Plusieurs proches endeuillés ont mentionné avoir sollicité ou accepté l'aide du réseau de soutien personnel. Permettez-vous de recevoir sans culpabilité ces manifestations de sympathie et de bienveillance. Les amis et la famille sont au premier rang de votre souffrance et peuvent faire toute la différence en cette période difficile. En plus de l'aide concrètement apportée, ces témoignages d'amour deviendront des points d'ancrage pour vous rappeler que vous n'êtes pas seul. Plusieurs ont d'ailleurs mentionné que les pensées portées envers les êtres aimés dans les moments plus difficiles avaient été un bon moyen de se raccrocher au moment présent et à la vie qui les entoure.

Sources de motivation

« Je ne voulais pas plus de souffrance pour ma famille, alors je me suis dit
“ je dois prendre soin de moi et je dois être là pour ma famille”.
C'est ça qui m'a poussé à aller chercher l'aide, et j'ai fait le bon choix. »

- José

« Dans tout ce malheur, j'ai rencontré un nouveau conjoint
et cela m'a aidée à survivre. »

- Claire



« La façon que [mon chien] a de me regarder [...] ça me fait toujours du bien.
[...] Quand j'étais là-bas et que je vivais l'horreur, ce qui m'aidait à tenir debout,
c'était de me dire “j'ai hâte de retourner au Canada pour aller au parc avec mon
chien”. [Mes chiens] m'ont obligée à rester en vie, à être en contact avec des
gens, à sortir [et] encore à ce jour. » -

- Stéphanie

Sources d'amour et de réconfort

« Cela m'a sauvée, d'aimer quelqu'un [et] de recevoir de l'amour. »

- Claire

« Cela m'a aidé beaucoup quand même, parce que c'est un amour inconditionnel. Vous savez, on a des amis, mais je pense que l'amour inconditionnel d'un papa, c'est fort. »

- José

Sources de soutien

« Il y a beaucoup de gens qui nous ont aidés, qui ont été généreux avec nous. J'essaie de penser à ces personnes-là. Ça m'aide. »

- Stéphanie

« Ce n'est pas évident, mais j'essaie de m'accrocher à mes chiens, à mon conjoint, à mes amis [et] à ma marraine. J'aime vraiment ma marraine. C'était la meilleure amie de ma mère. Elle me connaît depuis que je suis petite et elle s'est toujours vraiment occupée de moi. C'est un beau cadeau de la vie. »

- Stéphanie

Faire appel à une forme de soutien professionnel

Plusieurs covictimes l'ont souligné : le deuil qui suit un décès dans des circonstances criminelles n'est pas un deuil « ordinaire ». Il est par conséquent possible que vous ayez l'impression d'avoir épuisé vos ressources et celles de votre réseau, qui peut se sentir impuissant devant votre souffrance. Il ne faut pas hésiter à demander de l'aide psychologique, au même titre que l'on ne devrait pas tarder à consulter un professionnel de la santé pour des maux physiques.

Le soutien psychosocial

Bien que la majorité des covictimes rencontrées se soient tournées vers la psychologie, il faut savoir qu'il existe d'autres types de services en matière de soutien psychosocial (p. ex. le travail social et la psychoéducation). Il est important de se renseigner afin de sélectionner ce qui vous conviendra le mieux. Il existe par ailleurs des intervenants qui développent des expertises spécifiques (p. ex. auprès de personnes victimes, en matière de deuil ou de traumatisme), ce dont vous pouvez tenir compte dans vos recherches. Au-delà du bagage professionnel, la relation qui se construit avec l'intervenant est un facteur clé qui peut faire toute la différence.

Pour déposer sa souffrance

« Quand j'ai rencontré la psychologue, elle m'a beaucoup aidé. Ça fait du bien à parler avec des gens qui connaissent la douleur qu'on peut ressentir, parce que ce n'est pas n'importe qui, qui peut savoir. »

- José

Pour mieux composer avec les conséquences

« J'ai la chance d'être accompagnée par une psychologue [...] Ça m'aide à être capable de reconnaître mes limites [et] d'essayer de changer le paramètre associé à la méfiance, parce que j'ai énormément méfiance. Je vois le mal partout. »

- Évelyne

Pour un soutien continu

« Je suis retournée voir ma psychologue quand il y a eu les audiences préliminaires, mais juste deux ou trois fois. »

- Claire

Le soutien en matière de santé physique

Si vous bénéficiez d'un suivi auprès d'un médecin de famille, il s'agit d'une ressource à ne pas négliger. Les maux qui accompagnent votre deuil peuvent être variés. Que ce soit par le biais de conseils, de traitements médicaux ou de référence vers des spécialistes, un professionnel de la santé peut vous guider dans la façon de composer avec les symptômes qui vous incommode. Si vous n'avez pas de médecin de famille, vous pouvez vous référer à un service de sans rendez-vous ou à l'info-santé en composant le 811, option 1. Mentionnons qu'il existe d'autres approches qui peuvent aussi être mises à contribution : l'hypnose, la massothérapie et l'ostéopathie en sont quelques exemples.

Consulter un médecin

« Il m'écoute beaucoup et il est capable d'imager les choses, alors il est aidant. »

- Évelyne

Suivre un traitement pharmacologique

(sous la recommandation d'un médecin)

« Les médicaments, c'était comme une béquille pour rester en vie. »

- Claire

La participation à des groupes de soutien

Plusieurs covictimes ont témoigné du sentiment de solitude qui accompagnait le sinueux parcours qui se dessine à la suite du drame. Certaines ont eu besoin de prendre un pas de recul par rapport à l'entourage, devant l'intensité de la souffrance qui est souvent incomprise. Les groupes de soutien offerts par divers organismes et associations peuvent vous aider à briser l'isolement et à tisser des liens avec des personnes qui partagent une expérience de vie similaire. Il s'agit également d'un endroit où la douleur éprouvée peut être déposée telle qu'elle se présente et où vous pouvez vous confier à des personnes qui ont la capacité de comprendre ce que vous traversez.

Pour l'entraide

« Je ne savais pas qu'il y avait des gens aussi généreux pour donner autant d'amour. Ce sont comme des anges. J'ai parlé avec ces gens-là et ils m'ont aidé. J'ai fait des rencontres, un groupe d'entraide. Je pense qu'il y avait 10 personnes qui avaient vécu à peu près la même chose, puis ça m'a aidé. »

- José

« On y va une fois par mois. [...] À chaque fin de réunion, tout le monde doit dire avec quoi il repart. »

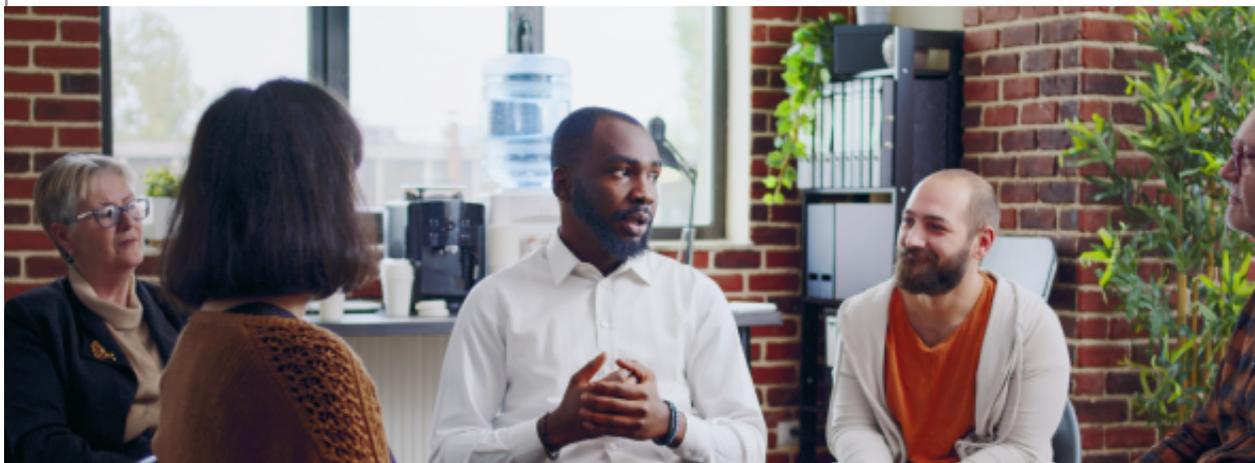
- Jean



Pour tisser des liens

« J'apprends à connaître les gens. J'ai rencontré [une personne] qui a une histoire très similaire. [...] Alors, on a tissé des liens très forts. »

- Évelyne



Pour briser l'isolement

« Je pense que cela m'a permis d'avancer aussi de savoir que je ne suis pas tout seul là-dedans et qu'il y a d'autres personnes qui ont vécu des drames aussi horribles. »

- José

« C'est comme s'il y avait une certaine particularité dans ce vécu, que tout le monde comprend. [...] Alors, sans que personne n'ait à le dire, c'est reconnu et ça fait du bien. [...] »

- Émy

Pour se confier

« Il y a aussi de belles paroles. On se disait des paroles d'amour, des choses pour s'aider à continuer et se laisser aller. Ils ne jugeaient pas. »
- José

« Je me suis retrouvée avec des gens avec qui je pouvais parler, pousser un soupir, pleurer un peu. »
- Claire

« On se sent comme une famille. Vraiment en famille. Ces gens-là connaissent le deuil. Ils savent comment parler avec quelqu'un qui vient de perdre un être cher d'une façon horrible. Ça fait du bien. »
- José

Pour répondre à des besoins ponctuels

« L'année passée, je suis retournée parce qu'il est arrivé un petit événement dans ma vie [...] Je suis allée pour aller parler avec [l'intervenante] et des gens qui me comprennent. »
- Claire

Pour une participation à son rythme

« J'avais trouvé un forum de familles et de parents de personnes assassinées. [...] Je n'étais pas une grande participante, mais je lisais beaucoup. »
- Claire

Prendre soin de soi

Prendre soin de soi, c'est d'abord apprendre à se connaître, ou plutôt réapprendre à se connaître. Le deuil que vous vivez est exigeant. Il risque de changer votre façon d'entrevoir le monde. Vous pourriez vous sentir moins tolérant vis-à-vis certaines situations et fatigué plus rapidement devant d'autres. Ensuite, il faudra être à l'écoute de vos limites, même s'il est difficile d'accepter qu'elles ne soient plus les mêmes. Ensuite, il sera nécessaire, lorsque vous vous sentirez prêt, de tourner le regard vers soi : comment vous sentez-vous ? De quoi avez-vous besoin ? Aussi simple que cela puisse paraître, répondre à ces questions vous aidera dans la découverte des pistes d'apaisement les mieux adaptées pour vous.

Parmi les proches rencontrés, plusieurs ont fait part de l'importance de changer d'environnement, de sortir de chez soi et de passer du temps en nature. Certains ont canalisé les pensées négatives par la pratique d'activités physiques. Pour d'autres, ce sont les activités cognitives qui font office d'échappatoire : la lecture, les arts ou l'écriture peuvent être de bons moyens de s'évader. Enfin, les activités qui faisaient partie du quotidien avant le drame sont pour plusieurs un refuge où se mélangent les sentiments de sécurité et de contrôle, choses qui sont recherchées dans une perspective de retour à l'équilibre.



Respecter ses limites

« J'ai compris que lorsqu'on me demande de donner vingt-cinq sous, puis que j'ai dix sous, je suis obligé de répondre "Non, je ne l'ai pas. Je ne peux pas te donner ce que je n'ai pas". »

- Jean

Des moments de qualité pour soi

« Depuis le décès, le seul moment que j'ai vraiment eu à moi toute seule, c'était il y a un mois. Mon conjoint partait en vacances avec les enfants. Habituellement, j'y vais, mais j'ai dit non, je n'y vais pas. [...] J'avais besoin de me retrouver toute seule. »

- Lina

« J'ai quitté le travail. [...] J'ai pris un an, un an et demi. Une chance que j'avais l'assurance maladie... mais ce n'était pas l'argent qui m'inquiétait. Je voulais juste prendre soin de moi et prendre du temps pour moi. De toute façon, je n'étais pas prêt pour le travail. J'étais vraiment très affecté. »

- José

Les activités qui favorisent le bien-être



« Aujourd'hui, je suis une personne anxieuse, mais [...] je fais beaucoup de sport pour réussir à effacer les mauvaises choses. »

- Élyse

« Cet été, je m'en vais durant cinq semaines pour participer à un grand festival de danse. J'essaie de faire des choses, de me mettre dans un contexte qui me permette de me sortir de cette situation. »

- Émy

« Quand je constate que je commence à avoir des pensées envahissantes, j'ai besoin de prendre un temps d'arrêt. En fin de semaine, je suis allée faire de la randonnée et ça m'a fait du bien. La nature me procure un bien immense. »

- Évelyne

Changer d'environnement

« Il faut que tu sortes de chez toi. Surtout quand c'est un enfant, parce que l'enfant est encore là, toutes ses affaires sont là. C'est la chose qui pourrait aider le plus, je pense. »

- Claire

Reprendre le contrôle de ses pensées

Plusieurs proches ont évoqué la présence de pensées envahissantes se manifestant tantôt à des moments spécifiques, tantôt de manière impromptue. La première étape est d'en prendre conscience et de les accueillir telles qu'elles sont. Au fil du temps, vous apprendrez à les apprivoiser et à trouver des manières de les réorienter, ou du moins de les accompagner de pensées réconfortantes. Vous trouverez ci-bas quelques-unes des pensées ayant prodigué une forme d'apaisement aux familles endeuillées rencontrées.

Honorer la vie

« Mon devoir, c'est d'honorer la vie qui m'est offerte. Elle n'est pas parfaite. Elle est remplie de joie et de douleur, mais elle est mienne. Et je dois l'honorer. J'essaie de poser mes yeux sur ce qui m'est offert là, maintenant, et non sur ce qui me manque. »

- Jean

« Chaque étape de ma vie que je réussis, je veux lui offrir, le faire en sa mémoire.

- José

Se remémorer des souvenirs positifs

« L'amour que j'avais pour mon petit frère [et] qu'il avait envers moi, c'est quelque chose que j'ai vécu, et c'est une belle expérience que j'ai eue de l'avoir comme frère. »

- José



Reconnaître le chemin parcouru

« Je suis fière de moi. J'ai survécu.
J'ai su rester une bonne personne.
Je suis restée intègre à moi-même et
aux valeurs que ma mère m'a données.
Même si on a rencontré des difficultés,
ma mère avait de belles valeurs.
Elle était très humaine. »

- Stéphanie

« Il y a des gens qui passent par des processus différents,
mais mon deuil, il est comme cela. Le plus important,
c'est que je sais que je me suis amélioré et que je
continue à travailler. »

- José

« Je pense que j'ai beaucoup évolué. [...] Cela m'a appris que j'étais capable, que je
pouvais avancer malgré les difficultés. »

- Élyse

Reconstruire son quotidien

Cela ne fait aucun doute, la perte d'un être cher par homicide chamboule le cours de l'existence. Vos repères, vos valeurs, vos traits de personnalité même, peuvent être appelés à changer. Votre quotidien, qui n'est plus le même depuis le drame, doit être reconstruit à la lumière des impacts du drame sur celui-ci. Si certains ont apprécié le sentiment de sécurité prodigué par un retour aux activités, d'autres ont eu besoin de créer de nouvelles routines, allant même jusqu'à entreprendre de grands changements comme un déménagement. D'autres ont souligné combien il avait été bénéfique pour eux de s'investir à plus ou moins grande échelle dans quelque chose qui leur tenait à cœur : un emploi, une passion, une activité, un organisme ou une cause.

Créer des nouvelles habitudes

« Il faut s'investir dans autre chose pour être résilient. [...] Créer des habitudes, de nouvelles habitudes permanentes. Alors, je me suis investie dans autre chose, beaucoup dans mon travail [et] dans ma vie personnelle. Il faut se trouver d'autres occupations puis d'autres moyens d'avancer. »

- Claire



« Les rituels avec des amis. Par exemple, je vais toujours chez des amis, le lundi, pour jouer à des jeux de société. J'essaie de mettre en place une certaine structure. »

- Émy

Retrouver des repères familiaux

« J'ai repris des relations de travail dans la communauté de la danse, ce qui était vraiment bien. C'était une stratégie de me retrouver dans un environnement familial. C'est toute ma vie qui a basculé, alors tout ce qui était familial a disparu. [...] C'est l'incertitude partout. J'ai commencé à travailler en studio et c'est quelque chose que je connais, que je comprends. C'est quelque chose qui me fait me sentir chez moi, ce que je n'ai plus l'impression d'avoir ailleurs dans ma vie.

C'est une chose qui m'a vraiment aidée personnellement. »

- Émy

« Pleurer ma vie tous les jours ? J'ai dit "Non, ce n'est pas ce que je veux". [...] J'ai dit "Je commence à travailler lundi. [...] La première journée a été [difficile], mais je l'ai fait, je suis retourné. J'avais décidé que je ne pouvais pas rester comme ça. C'était un tournant. »

- Jean

« Cela devient une thérapie, en fait, le travail. [...] Il y a des gens, des activités. Il se passe quelque chose chaque seconde. On ne pense pas beaucoup. Tu reviens à la maison le soir assez fatigué, puis il faut penser à ce que tu vas faire le lendemain. Donc, cela demande beaucoup d'organisation [et] d'énergie. Moi, je me suis beaucoup investie dans mon travail. »

- Claire

Contribuer à une cause significative

« Je suis rentré dans le conseil d'administration pour que ça continue. Si je peux aider, tant mieux. Et puis je m'occupe... tant qu'à planter des radis. »

- Jean

« J'ai voulu faire quelque chose au niveau de la violence conjugale. [...]

Ça me rapporte du bien, mais en même temps, ça me fait revivre des choses. Alors, il faut que je balance ça adéquatement. »

- Évelyne



La justice réparatrice

La justice réparatrice est définie comme une « approche de la justice qui vise à réparer les torts causés en donnant aux personnes lésées et à celles qui assument la responsabilité des torts infligés l'occasion de communiquer leurs besoins respectifs et d'y répondre à la suite de la perpétration d'un crime ».⁹² Elle est fondée sur l'idée que le crime est avant tout une atteinte aux personnes et aux relations. En raison de sa grande flexibilité, le processus – chapeauté par un des intervenants spécialisés – peut prendre différentes formes (cercles, discussions, conférences) et être adapté aux communautés et aux besoins et attentes des personnes participantes. Enfin, il faut savoir que des lois, des programmes et des politiques fédérales, provinciales et territoriales soutiennent ces pratiques qui se déploient à travers le Canada et le Québec.⁹³ Les raisons de recourir à cette forme de justice alternative sont multiples et propres à chacun.

Pour sensibiliser

« Elle avait besoin de quelqu'un qui avait été victime d'un acte criminel pour intéresser des détenus à la justice réparatrice. [...] On a débuté un groupe. J'ai fait deux témoignages. [...] Dans ce groupe, il y en a un qui a décidé de poursuivre une démarche en justice réparatrice. Il a demandé que ce soit moi qui réalise la démarche avec lui. J'ai accepté. »

- Jean

Pour comprendre

« Tout le monde veut entendre mon histoire, mais qui veut entendre la sienne? Qui veut savoir quelle est sa réalité à lui? Il vit un deuil aussi, c'est lui qui l'a créé. Comment il est? Je voulais avoir des réponses à mes questions. »

- Jean

⁹² Ministres fédéral, provinciaux et territoriaux responsables de la justice et de la sécurité publique (2018). *Principes et lignes directrices relatifs à la pratique de la justice réparatrice en matière pénale*. <https://scics.ca/fr/product-produit/principes-et-lignes-directrices-relatifs-a-la-pratique-de-la-justice-reparatrice-en-matiere-penale/>

⁹³ Gouvernement du Canada (2021, 10 décembre). *La justice réparatrice. Qu'est-ce que la justice réparatrice*. https://www.justice.gc.ca/fra/jp-cj/jr-rj/index.html?fbclid=IwAR0iiYtVdy_7kpEAFg3fkKgrGkq2pHu3fbyO3KmbXw5FM6zPKtKusL1DwHU

RESSOURCES UTILES

Pour en connaître davantage sur la justice réparatrice :

- **La rubrique Éducaloi C'est quoi la justice réparatrice ?**
 - o <https://educaloi.qc.ca/capsules/cest-quoi-la-justice-reparatrice/>
- **La rubrique du gouvernement du Canada portant sur la justice réparatrice**
 - o https://www.justice.gc.ca/fra/jp-cj/jr-rj/index.html?fbclid=IwAR0iiYt-Vdy_7kpEAFg3fkKgrGkq2pHu3fbyO3KmBXw5FM6zPkTkusL1DwHU
- **Le réseau Équijustice**
 - o Téléphone : **514 522-2554**
 - o Téléphone (sans frais) : **1 877 204-0250**
 - o Courriel : info@equijustice.ca
 - o Site internet : <https://equijustice.ca/fr>

La spiritualité, les cérémonies et les rituels

Les pratiques religieuses et la spiritualité ont été abordées en tant que stratégies d'apaisement par quelques-uns des proches endeuillés. Il est commun chez les familles de personnes assassinées d'augmenter la participation à des activités spirituelles et religieuses, pour divers bienfaits. Les cérémonies et les rituels – qu'ils s'inscrivent ou non dans une dimension religieuse/spirituelle – constituent un moyen concret de symboliser la place que l'être cher continue d'occuper dans votre cœur. Les traditionnelles cérémonies funéraires qui surviennent peu de temps après le décès en font partie. Les rituels qui s'installent sur une base régulière peuvent être posés seuls ou en groupe et se perpétuer de manière quotidienne ou à des dates symboliques, comme lors des anniversaires, par exemple. Quelle que soit leur forme ou la fréquence à laquelle ils sont renouvelés, l'important est qu'ils aient un sens pour vous et qu'ils vous procurent un sentiment d'apaisement.

La spiritualité

« Je m'accroche à Dieu et à ma façon de voir les choses. J'ai une croyance très forte en Dieu et ça m'a aidé énormément, de croire en un être spirituel, mais chacun a sa façon de faire et je la respecte. »

- José

« Mon fils était intéressé par les spiritualités orientales [...] alors je me suis jetée à plat ventre dans le bouddhisme. J'y ai rencontré des gens qui sont mes amis, encore aujourd'hui.

[...] Ça m'a aidée. »

- Claire

Les rituels

« [...] il y a beaucoup de rituels, de cérémonies. [...] J'avais besoin de ça. Le rituel, tu peux le trouver dans la religion catholique, dans le bouddhisme tibétain, dans l'hindouisme ... tu peux le trouver dans n'importe quelle religion. »

- Claire

Vous n'êtes pas seul : messages de proches endeuillés



Le deuil d'un être cher qui est occasionné par un acte de violence peut être dévastateur. Nul n'est préparé à une telle perte. Il va de soi qu'aucun conseil, aucun geste de compassion, aucune prière, aucune condamnation, ni aucune compensation ne pourra jamais ramener votre sœur, votre père, votre enfant ou votre partenaire de vie. Bien des aspects du vécu qui vient de pair avec un tel drame sont hors de votre contrôle. Nous espérons malgré tout que cet ouvrage aura contribué à alléger certains éléments de complexité découlant du contexte hors Québec et que les pistes d'apaisement proposées par les proches endeuillés auront été bénéfiques.

À la fin de chacune des rencontres avec les proches consultés, il leur fut demandé de vous offrir un conseil ou un message. Voici ce qu'ils ont souhaité vous transmettre...

« Rester intègre à soi-même et ne pas se laisser emporter par la haine, la douleur. Protéger son intégrité mentale et physique à tout prix. Je pense que c'est le plus important, parce que toi, tu es encore vivant. L'autre personne, elle est décédée. Mais toi, tu es là. »

- Stéphanie

« Ne pas se gêner à aller chercher de l'aide [et] prendre l'aide de ceux qui veulent vraiment nous en donner. »

- Lina

« Avoir quelqu'un physiquement à côté d'eux pour les guider, pour les soutenir dans leurs émotions. Parce que des émotions, il y en a. [...] » Le soutien moral, c'est important, mais j'irais même plus loin... je dirais le soutien physique. Ces gens-là ont besoin d'un appui, d'une travailleuse sociale qui pourrait les suivre pendant les démarches qu'ils ont à faire, parce que quand tu es dans l'émotion, tu ne penses pas à tout. »

- Sylvie

« Ne ferme aucune porte et laisse-toi aider. Tu ne le sais pas, mais tu en as besoin. »

- Jean

« Trouver des personnes avec qui en parler. Même si c'est très tentant de rester isolé en petite boule, ce n'est pas une bonne idée du tout. Suivre son rythme et ne pas se faire imposer quoi que ce soit par les gens autour. [...] Essayer de s'entourer le mieux possible et de ne pas accepter l'invalidation. [...] Se trouver de nouveaux buts dans la vie, puis des raisons de vivre, parce qu'il y en a. »

- Stéphanie

« Aller cogner aux portes. [...] En tout cas moi, c'est ce que j'ai fait. J'ai cherché de l'aide et j'en ai trouvé. »

- Claire



« Foncez. [...] Moi, je conseillerais aux gens de rester actifs. [...] Il faut vivre. Il faut continuer. On n'a pas le choix. »

- Sylvie

« Prendre un jour la fois. Prendre l'aide. Parfois, on ne veut pas déranger, mais en même temps, c'est important d'avoir de l'aide. Cela nous évite de faire des erreurs qu'on ne peut pas réparer. »

- Lina

« Je dirais aux gens qui ont vécu le même drame de s'accrocher aux gens qui sont là pour les aimer, qui ne sont pas partis. La vie continue. »

- José

« Ils ont tout mon courage. Ça prend tellement de courage et de résilience pour passer à travers tout ça. Il ne faut pas qu'ils lâchent. S'ils ont besoin de sortir dans les médias, qu'ils sortent. Moi, je ne regrette absolument rien de ce que j'ai fait. »

- Claire



« Il y a des moments qui vont bien aller aussi. Puis, comme toute la vie, de toute façon, il y a des vagues. Il y a des moments qui seront bons et d'autres qui seront moins bons. C'est normal que ça prenne beaucoup de place, mais il faut trouver un moyen que ça ne prenne pas toute la place. Il faut s'offrir des vacances de ces pensées-là, à certains moments. »

- Stéphanie

« Ça dépend toujours de la manière que la personne le vit. [...] Pour ma part, j'ai certaines connaissances, alors je peux me débrouiller, mais quelqu'un qui n'aurait pas ce background [...] il faut qu'il s'entoure. »

- Élyse

« Ils ne sont pas seuls.
Si on se parle entre nous,
c'est peut-être ce qu'il y a de
plus efficace. [...] On pourrait
encore plus se soutenir qu'on
le fait maintenant. »

- Claire

« Tout le monde est différent,
mais pour moi, c'était important d'être
transparente à ce sujet. Il y a une certaine
stigmatisation rattachée à l'aspect du meurtre et
pour moi, c'était vraiment important de ne pas
essayer de le cacher ou de le rendre plus joli.
Je ne dis pas souvent qu'il est décédé, je dis
souvent qu'il a été tué, qu'il a été assassiné.
C'est très personnel, mais je pense que nous ne
parlons pas assez de la mort dans notre culture.
C'est arrivé, et je ne pense pas que je doive
en avoir honte de toute façon. »

- Émy

« Moi, j'aurais aimé ça qu'on
me parle. J'aurais aimé avoir
quelqu'un qui a vécu ce que j'ai vécu.
[...]. Il ne faut pas se décourager.
Il faut entrer en contact avec
des gens qui ont vécu la
même chose. »

- Évelyne



Résumé des services d'aide disponibles



Les services gouvernementaux

Affaires mondiales Canada

Affaires mondiales Canada est une agence fédérale qui a la charge d'assurer la pérennité de toutes les relations diplomatiques du pays, en plus de faire la promotion du commerce à l'international et d'offrir des services consulaires. AMC veille par ailleurs à contribuer à des questions de sécurité nationale et de développement du droit international. Dans le cas d'un homicide survenu à l'extérieur du pays, c'est à Affaires mondiales Canada (AMC) qu'il faut se référer pour obtenir de l'information sur les circonstances du décès.

Téléphone : **613 996-8885** // Sans frais (Canada et États-Unis) : **1 800 387-3124**

Courriel : sos@international.gc.ca

WhatsApp : **+1 613 909-8881**

Messagerie texte (des frais du pourvoyeur peuvent s'appliquer) : **+1 613 686-3658**

Le Centre de surveillance et d'intervention d'urgence (CSIU)

Il s'agit d'un service destiné aux citoyens canadiens qui ont besoin d'une assistance consulaire d'urgence.

Téléphone : **613 996-8885** // Sans frais (Canada et États-Unis) : **1 800 387-3124**

Courriel : sos@international.gc.ca

WhatsApp : **+1 613 909-8881**

Messagerie texte : **+1 613 686-3658** (des frais du pourvoyeur peuvent s'appliquer)

Directeur de l'état civil du Québec

Le *Directeur de l'état civil* relève du *ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale*. Son mandat, qui est édicté par le Code civil du Québec, est de fournir aux citoyens québécois les documents officiels relatifs aux événements d'état civil tels que les certificats, copies et attestations de mariage, d'union civile et de décès.⁹⁴

Téléphone :

- Québec : **613 996-8885**

- Montréal : **450 644-4545** OU **514 644-4545**

- Autres régions du Québec (numéro sans frais) : **877 644-4545**

- Hors du Québec (des frais s'appliquent) : **1 418 644-4545**

Courriel : etacivil@dec.gouv.qc.ca

⁹⁴ Gouvernement du Québec (2022). Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale. Directeur de l'état civil. À propos de nous. <https://www.etacivil.gouv.qc.ca/fr/a-propos.html>

Les ressources d'aide humanitaires

Le Comité international de la Croix-Rouge

La Croix-Rouge peut vous aider à retrouver un proche si vous avez perdu contact à la suite d'une crise humanitaire telle qu'un conflit ou une catastrophe naturelle.

Site internet : <https://www.croixrouge.ca/>

Courriel : familylinks@redcross.ca

Les ressources d'aide aux victimes d'actes criminels

Le réseau des centres d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)

Les CAVAC offrent des services aux personnes victimes d'un acte criminel, à ses proches, de même qu'aux témoins d'infraction criminelles. L'aide des CAVAC est disponible que l'auteur du crime soit ou non identifié, arrêté, poursuivi ou reconnu coupable et dans certaines situations particulières même si le crime a eu lieu en dehors du Québec. Bien que l'expertise des CAVAC soit spécifique au processus judiciaire québécois, ils peuvent tout de même vous soutenir afin de trouver les ressources mieux à même de répondre à vos besoins. L'offre de service est adaptée à vos besoins et selon les ressources dont dispose le CAVAC de votre région, mais comprennent essentiellement :

- 1) L'intervention post-traumatique et psychosociale, selon une évaluation de vos besoins et de vos ressources, afin de vous offrir une intervention adaptée visant à réduire les conséquences de l'acte criminel et à favoriser votre rétablissement;
- 2) L'information en lien avec les différentes étapes du processus judiciaire;
- 3) L'information sur les différents programmes d'indemnisation et sur vos recours;
- 4) L'assistance technique relative à différentes demandes, la production de documents ou l'exercice de vos droits;
- 5) L'orientation vers les ressources spécialisées, en fonction de vos besoins spécifiques, qu'ils soient de nature juridique, médicale, sociale ou autre.
- 6) Bien que les CAVAC disposent d'une expertise spécifique aux infractions criminelles et au processus judiciaire du Québec, ils peuvent tout de même, dans les limites des moyens disponibles, soutenir les proches de personnes victimes d'homicide hors Québec afin de les orienter vers les ressources appropriées.

Téléphone : **1 866 LE CAVAC (1 866 532-2822)**

Site internet : <https://cavac.qc.ca/>

Les ressources d'aide aux victimes d'actes criminels (suite)

Le Centre canadien de ressources pour les victimes de crimes (CCRVC)

Le Centre canadien de ressources pour les victimes de crimes offre du soutien à toute personne canadienne survivante d'un acte criminel grave. Les services sont gratuits, confidentiels, bilingues et desservis partout à travers le Canada, peu importe que l'auteur du crime ait été identifié, appréhendé, poursuivi ou condamné. La mission du CCRVC est de défendre les droits et intérêts des victimes d'actes criminels et de s'assurer que leurs voix sont entendues. Parmi l'offre de services, on retrouve une ligne d'information et de soutien sans frais (également disponible via messagerie texte ou clavardage via le site internet) pour les victimes et leurs familles, ainsi qu'un groupe de soutien virtuel (en anglais seulement) destiné aux proches, familles et amis de personnes victimes d'un homicide.

Téléphone : **613 233-7614** // Sans frais (Canada et États-Unis) : **1 877 232-2610**

Site internet : <https://crcvc.ca/fr/>

Courriel : crcvc@crcvc.ca

Messagerie texte : **613 208-0747**

L'association des familles de personnes assassinées ou disparues (AFPAD)

L'AFPAD est un organisme sans but lucratif dont la mission principale est de briser l'isolement vécu par les familles des victimes. L'AFPAD dessert toutes les régions du Québec. Elle propose des ressources et des outils variés dans le but de reconstruire leur vie⁹⁵: rencontres et accompagnement des familles, conférences et ateliers, groupes de soutien et autres services.⁹⁶

Téléphone : **1 877 484-0404**

Site internet : <https://afpad.ca>

Courriel : administration@afpad.ca

⁹⁵ Association des Familles de Personnes assassinées ou disparues (2022). *Notre mission*. <https://afpad.ca/#~:text=L'Association%20des%20familles%20de,vari%C3%A9s%20dans%20le%20but%20de>

⁹⁶ Association des Familles de Personnes assassinées ou disparues (2022). *Nos services*. <https://afpad.ca/service/>

L'association québécoise Plaidoyer-Victimes (AQPV)

Cette association a pour mission de défendre et de promouvoir les droits et intérêts des personnes victimes d'infraction criminelle tant auprès de celles-ci que de leurs proches, des intervenants et des décideurs. Elle intervient par l'entremise d'activités de représentation, d'information, de formation et de mobilisation sociale. Plus spécifiquement, les objectifs de l'AQPV sont de sensibiliser et d'informer les personnes victimes et leurs proches sur leurs droits et recours; de représenter leurs intérêts et préoccupations auprès de diverses instances; de développer une meilleure compréhension collective du phénomène de la victimisation; d'alimenter les réflexions sociales relatives à l'aide aux victimes et, enfin, de mobiliser les partenaires dans la promotion de leurs droits et intérêts.⁹⁷

Téléphone : **514 526-9037**

Site internet : <https://aqpv.ca/>

Courriel : aqpv@aqpv.ca

Les ressources spécialisées en matière de deuil

La fondation Monbourquette

La Fondation Monbourquette propose des outils en matière de deuil pour des personnes de tous âges. Vous trouverez plusieurs ouvrages, livres et vidéos au lien suivant :

Site internet : <https://www.fondationmonbourquette.com/deuil-livres-et-vidéos>

Deuil-Jeunesse

L'organisme de bienfaisance Deuil-Jeunesse offre des services un peu partout à travers le Québec. Sa mission est de venir en aide aux enfants et aux familles qui vivent la maladie grave, la disparition ou la mort d'un proche, dont celle qui survient dans le cadre d'un événement traumatique. Deuil-Jeunesse peut offrir des services directement auprès des jeunes, des parents ou de l'entourage. Ces services peuvent prendre plusieurs formes : soutien téléphonique, rencontre ponctuelle d'urgence, suivi individuel, suivi parental, suivi de couple et suivi familial.⁹⁸

Téléphone (sans frais) : **1 855 889-3666**

Site internet : <https://deuil-jeunesse.com/>

⁹⁷ Association québécoise Plaidoyer-Victimes (AQPV). (2023). *Mission et objectifs*. <https://aqpv.ca/mission-objectifs/>

⁹⁸ Deuil-Jeunesse (2023). *À propos*. <https://deuil-jeunesse.com/a-propos>

Info-deuil

Info-deuil s'est donné pour mission d'offrir au public des outils variés qui visent à mieux traverser le deuil, en plus de répertorier divers services d'accompagnement et offres de conférence à Montréal et à travers le Québec. Il est également possible d'y retrouver des témoignages de personnes endeuillées.

Site internet : <https://infodeuil.ca/ressources.html>

Les ressources spécialisées en matière de trauma

Le Centre d'étude sur le trauma

Le Centre d'étude sur le trauma de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal a pour objectif de contribuer à l'amélioration de la santé mentale des personnes exposées à des événements traumatiques.⁹⁹ Vous trouverez, sur leur site internet, divers outils et conseils destinés aux personnes touchées et à leurs proches.

Téléphone : **514 251-4000, poste 3734**

Site internet : <https://trauma.criusmm.net/personnes-touchees/>

D'autres ressources de la communauté

Les centres de crise du Québec

Les centres de crise du Québec sont des organismes communautaires de première ligne qui ont pour mandat d'offrir des services d'intervention immédiats en contexte de crise. Les services sont gratuits et disponibles 24 heures par jour, 7 jours sur 7.¹⁰⁰

Site internet : <https://www.centredecrise.ca/>

⁹⁹ Centre d'étude sur le trauma (2019). À propos. *Notre mission*. <https://trauma.criusmm.net/a-propos/>

¹⁰⁰ Regroupement des Services d'Intervention de Crise du Québec (2023). *Les centres de crise*. <https://www.centredecrise.ca/lescentres>

Les centres de crise, par région :

| | |
|-----------------------|---|
| Abitibi-Témiscamingue | |
| Malartic | Besoin d'Aide 24/7 1 866-APPELLE (277-3553) |
| Bas-Saint-Laurent | |
| Rivière-du-Loup | La Bouffée d'Air du KRTB 418 867-8580 |
| Rimouski | Centre de prévention du suicide et d'intervention de crise du Bas-Saint-Laurent 1 866-APPELLE (277-3553) |
| Centre-du-Québec | |
| Bécancour | La Chrysalide 819 294-9292 |
| Estrie | |
| Granby | Le Passant Centre d'intervention de crise pour hommes 450 375-4404 |
| | Centre de femmes Entr'elles Centre d'intervention de crise pour femmes 450 375-0487 |
| Lanaudière | |
| Lanaudière | Les Services de crise de Lanaudière 1 800 436-0966 |
| Laurentides | |
| Sainte-Thérèse | Centre d'intervention de crise en hébergement Le Soleil levant 450 430-4647 |
| Laval | |
| Laval | L'Îlot - Centre de crise et de prévention du suicide de Laval |
| | Info-Social 811 répondra à vos besoins ou vous référera à L'Îlot |

| | |
|-----------------------|--|
| Montérégie | |
| Châteauguay | La Maison sous les Arbres 450 699-5935 |
| Saint-Hyacinthe | Contact Richelieu-Yamaska 450 774-6952 |
| Valleyfield | Le Tournant 450 371-4090 |
| Sorel-Tracy | Centre de crise et de prévention du suicide La Traversée 450 746-0303 |
| St-Jean-sur-Richelieu | Centre de crise et de prévention du suicide du Haut-Richelieu-Rouville 450 348-7524 |
| Montréal | |
| Nord | Association IRIS 514 388-9233 |
| Sud-Ouest | Centre L'Autre Maison 514 768-7225 |
| Centre-Est | Centre de crise Le Transit 514 282-7753 |
| Centre-Ouest | Centre d'intervention de crise Tracom 514 483-3033 |
| Ouest | Centre de crise de l'Ouest de l'Île 514 684-6160 |
| Outaouais | |
| Hull-Gatineau | Centre d'aide 24/7 819 595-3476 |
| Québec | |
| Québec | Centre de crise de Québec 418 688-4240 |

Le réseau Équijustice

Le réseau Équijustice regroupe plusieurs organismes de justice alternative à travers la province. Équijustice offre aux personnes victimes de crimes graves la possibilité de participer à une démarche de médiation spécialisée. Ce processus de justice alternative peut être envisagé à n'importe quel moment de la vie d'une personne, que l'infraction ait été judiciairisée ou non. Cette démarche peut être réalisée entre des personnes liées par un même évènement ou des personnes de substitution. La médiation spécialisée est un processus entièrement volontaire, gratuit et confidentiel qui vise à offrir un espace de communication aux personnes impliquées afin de leur permettre d'échanger sur leur réalité respective, les torts subis à la suite de l'évènement, les attentes et les moyens de réparation envisagés, s'il y a lieu. Les échanges peuvent se réaliser en personne, par personne interposée, par écrit, par téléphone ou par visioconférence. Il s'agit d'un service gratuit et confidentiel¹⁰¹

Téléphone : **514 522-2554** // Sans frais : **1 877 204-0250**

Site internet (et clavardage) : <https://equijustice.ca/fr>

Courriel : info@equijustice.ca

Les organismes en prévention du suicide

L'association canadienne de prévention du suicide (ACPS)

Il existe de nombreux centres de crise qui sont disponibles 24 heures sur 24 pour vous écouter en situation de crise. Sur le site internet de l'ACPS, vous trouverez un répertoire de tous les organismes qui offrent des services de soutien en matière de santé mentale à travers le Canada. Vous pourrez y trouver la ressource qui dessert votre région.

Site internet : <https://fr.suicideprevention.ca/ressources/>

Suicide.ca

Il s'agit d'un organisme de prévention du suicide qui offre ses services sur tout le territoire de la province québécoise. Vous pouvez discuter avec un intervenant 24/7, via la ligne québécoise de prévention du suicide ou clavarder en ligne.

Téléphone : **1 866 APPELLE (1 866 277-3553)**

Site internet (et clavardage) : <https://suicide.ca/fr/clavarder-avec-un-intervenant>

Messagerie texte : **535353**

¹⁰¹ Équijustice (2023). *Médiation citoyenne. Violences interpersonnelles, intimes et autres crimes graves contre la personne.* <https://equijustice.ca/fr/services-de-justice-reparatrice/mediation-citoyenne>

Les différents services publics

Info-social 811

L'info-social 811 est la grande porte d'entrée de tous les services psychosociaux de la province de Québec. C'est l'endroit tout désigné pour appeler si vous avez besoin d'aide, si vous avez besoin de ventiler ou si vous ne connaissez pas nécessairement les ressources spécialisées de votre territoire et que vous souhaitez être orienté selon vos besoins. Un appel à Info-Social 811 se déroule en trois étapes :

- 1) Recueil, avec votre autorisation, de certains renseignements personnels;
- 2) Évaluation de votre besoin;
- 3) Réponse à votre besoin ou référence vers une ressource appropriée, si nécessaire.

Téléphone (sans frais) : **811, option 2.**

Site internet : <https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-social-811>

Rendez-vous santé Québec

Si vous n'avez pas de médecin de famille, la plateforme **Rendez-vous santé Québec** vous permet de prendre rendez-vous en ligne en médecine de famille. Il est possible de prendre rendez-vous gratuitement 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.¹⁰²

Site internet : <https://rvsq.gouv.qc.ca/accueil/index.html>

Bonjour santé

Le système provincial de Bonjour santé peut vous aider à rechercher gratuitement une consultation avec votre médecin de famille ou encore dans une clinique sans rendez-vous de votre région.

Site internet : <https://bonjour-sante.ca/LandingPage/>

Ostéopathie Québec

Ostéopathie Québec est la plus grande association d'ostéopathes au Québec et au Canada. Sur son site internet, on y retrouve un bottin des ostéopathes membres dont la formation a été attestée.¹⁰³

Pour trouver un ostéopathe : <https://www.osteopathiequebec.ca/fr/trouver-un-osteopathe/>

¹⁰² Gouvernement du Québec (2023). *Rendez-vous santé Québec*. <https://rvsq.gouv.qc.ca/accueil/index.html>

¹⁰³ Ostéopathie Québec. (2022, avril). *À propos de nous*. <https://www.osteopathiequebec.ca/fr/a-propos-de-nous>

Les services psychosociaux du secteur privé

L'Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec

Vous trouverez, sur le site internet de cet ordre professionnel, un répertoire auquel se référer si vous êtes à la recherche d'un travailleur social ou d'un thérapeute conjugal/familial dans le secteur privé.

Pour trouver un travailleur social ou un thérapeute : <https://www.otstcfq.org/public/trouver-un-professionnel/>

L'Ordre des psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec

Vous trouverez, sur le site internet de cet ordre professionnel, un répertoire auquel se référer si vous êtes à la recherche d'un psychoéducateur dans le secteur privé.

Pour trouver un psychoéducateur : <https://ordrepsed.qc.ca/trouver-un-psychoeducateur/>

L'Ordre des psychologues du Québec

Vous trouverez, sur le site internet de cet ordre professionnel, un répertoire auquel se référer si vous êtes à la recherche d'un psychologue dans le secteur privé.

Pour trouver un psychologue : <https://www.ordrepsy.qc.ca/trouver-de-aide>

Les maisons funéraires spécialisées

Les services funéraires Magnus Poirier

Que le décès soit survenu au Canada, aux États-Unis, en Europe, en Asie ou ailleurs dans le monde, leur expertise en matière de rapatriement ou d'envoi à l'international de personnes décédées est reconnue. Les conseillers de la maison funéraire travaillent en étroite collaboration avec les autorités aux niveaux provincial, fédéral et international. Ces derniers veilleront également à ce que l'ensemble des procédures administratives qui s'imposent lors d'un décès hors Québec soient respectées¹⁰⁵

Téléphone : **514 727-2847** // Sans frais : **1 888 727-2847**

Site internet : <https://www.magnuspoirier.com/>

Par courriel à partir du site internet : <https://www.magnuspoirier.com/fr/nous-joindre>

Les services juridiques et notariaux

La chambre des notaires du Québec

Vous trouverez, sur leur site internet, les procédures à réaliser pour effectuer une recherche testamentaire au Registre des dispositions testamentaires et des mandats de protection. Vous trouverez également un répertoire des notaires inscrits au tableau des notaires.

Pour trouver un notaire : <https://trouverunnotaire.cnq.org/>

Pour les procédures associées à la recherche testamentaire : <https://formulaire.cnq.org/registres/>

Éducaloi

Éducaloi est un organisme à but non lucratif qui a pour mission d'améliorer l'accessibilité au droit, en le vulgarisant de manière à contribuer au développement des connaissances juridiques de la population québécoise. Le site internet d'Éducaloi regorge de renseignements visant à outiller les citoyens en matière de droit.¹⁰⁶

Site internet : <https://educaloi.qc.ca>

¹⁰⁵ Magnus Poirier (2023). *Services. Rapatriement international*. <https://www.magnuspoirier.com/fr/services/rapatriement-international>

¹⁰⁶ Éducaloi (2023). *À propos*. <https://educaloi.qc.ca/a-propos/>

Les régimes d'aide financière

Le régime d'indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC)

L'IVAC est un régime provincial d'indemnisation qui offre des prestations pour aider les personnes victimes d'infractions criminelles ainsi que leurs proches dans leur processus de rétablissement. Différentes prestations sont offertes et peuvent différer selon le cas.¹⁰⁷ Celles-ci sont déterminées par la Loi visant à aider les personnes victimes d'infractions criminelles et à favoriser leur rétablissement (LAPVIC) et son règlement. Il faut savoir que ce régime d'aide et d'indemnisation des victimes d'infractions criminelles a été réformé et qu'une nouvelle loi fut adoptée en octobre 2021. C'est depuis le 13 octobre 2021 que les personnes victimes d'une infraction contre la personne à l'étranger sont admissibles. Il faut savoir que la loi n'est pas rétroactive, ce qui signifie que les personnes ayant subi un crime hors Québec avant cette date ne sont pas admissibles au régime. Vous pouvez également vous adresser à un intervenant des CAVAC, qui pourra vous accompagner dans les démarches associées à une demande de qualification.

Pour en savoir davantage sur la LAPVIC, vous pouvez consulter le site internet du ministère de la Justice du Québec :

https://www.justice.gouv.qc.ca/victimes/lapvic/?utm_source=Cyberimpact&utm_medium=email&utm_campaign=BSSVLettre-initiale-Priorite-2-annee-2

Vidéo explicatif portant sur la réforme du régime IVAC:

https://www.youtube.com/watch?v=E8-G1iKxZW5&t=4s&ab_channel=Minist%C3%A8redelaJusticeduQu%C3%A9bec

Téléphone : **514 906-3019** // Sans frais (Au Canada seulement) : **1 800 561-4822**

Site internet : <https://www.ivac.qc.ca/Pages/default.aspx>

L'aide financière pour les Canadiens victimes d'actes criminels à l'étranger

Il s'agit d'une aide financière offerte par le Fonds d'aide aux victimes qui est destinée aux personnes canadiennes ayant été victimes d'un crime grave et avec violence à l'étranger. Un membre de la famille d'une victime canadienne décédée en raison d'un crime subi en territoire étranger peut y être admissible. Il faut toutefois savoir que cette aide est réservée aux situations de contrainte excessive où aucune autre source d'aide financière n'est disponible¹⁰⁸. Les différentes dépenses qui peuvent être défrayées par ce Fonds sont détaillées sur le site internet.

Téléphone : **1 888 606-5111**

Site internet : <https://www.justice.gc.ca/fra/fina-fund/jp-cj/fond-fund/etranger-abroad.html>

Par courriel : Victims-Abroad-Fund-Manager@justice.gc.ca

¹⁰⁷ Indemnisation des victimes d'actes criminels (2017). *Mandat et mission*. Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail. <https://www.ivac.qc.ca/a-propos/Pages/a-propos.aspx>

¹⁰⁸ Ministère de la Justice du Canada (2021, 23 août). *Aide financière pour les Canadiens victimes d'actes criminels à l'étranger*. <https://www.justice.gc.ca/fra/fina-fund/jp-cj/fond-fund/etranger-abroad.html>

BIBLIOGRAPHIE

American Psychiatric Association (2015). *DSM-5 : manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux* (traduit par J.-D. Guelfi et M.-A. Crocq, 5e éd.). Elsevier Masson.

Asaro, M. R. et Clements, P. T. (2005). Homicide bereavement: a family affair. *Journal of Forensic Nursing*, 1(3), 101-106. <https://doi.org/10.1111/j.1939-3938.2005.tb00025.x>

Association des Familles de Personnes assassinées ou disparues (2022). *Notre mission*. <https://afpad.ca/#:~:text=L'Association%20des%20familles%20de,vari%C3%A9s%20dans%20le%20but%20de>

Association des Familles de Personnes assassinées ou disparues (2022). *Nos services*. <https://afpad.ca/service/>

Bourgault, R. (2013). État de stress aigu. Dans : Marianne Kédia (éd.), *L'Aide-mémoire de psychotraumatologie: En 49 notions* (pp. 59-63). Paris: Dunod. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.3917/dunod.segui.2013.01.0059>

Buchanan, M. et Patrice K. (2011). Coping with traumatic stress in journalism: A critical ethnographic study. *International of Journal of Psychology*, 46(2), p. 127-135. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1080/00207594.2010.532799>

Buzzi B. et DeYoung R. (2003). Ultimate coping strategies: The differences among parents of murdered or abducted, long-term missing children. *Journal of Death and Dying*, 47, 343-360. doi:10.2190/qytt-gc1x-mnlx-6wlu

Byers, B.D. (1996). *Death notification: Theory and practice*. Dans J.E. Hendricks et B. Byers (Dir.), *Crisis intervention in criminal justice/social service* (2e édition, pp. 287-319). IL: Charles C. Thomas.

Carlson, E. B. et Dalenberg, C. J. (2000). A conceptual framework for the impact of traumatic experience. *Trauma, Violence & Abuse*, 1(1), 4-28. <http://www.jstor.org/stable/26636344>

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) de Montréal. (s.d.). *Une personne que j'aime a été tuée... : Guide à l'intention des proches de personnes assassinées*. https://cavac.qc.ca/wp-content/uploads/2022/02/guide-proches_une-personne-que-j'aime-a-t-tue.pdf

Centre canadien de ressources pour les victimes de crimes (2009, août). *Victim blaming*. https://crcvc.ca/docs/victim_blaming.pdf

BIBLIOGRAPHIE

Centre canadien de ressources pour les victimes de crimes (2016). Si les médias vous appellent : Guide à l'intention des victimes d'actes criminels et survivants. Guide d'interaction avec les médias. https://crcvc.ca/wp-content/uploads/2022/03/Media_Booklet_Web_Version2016_fr.pdf

Centre d'étude sur le trauma (2019). *À propos. Notre mission*. <https://trauma.criusmm.net/a-propos/>

Connolly, J. et Gordon, R. (2015). Co-victims of Homicide: A Systematic Review of the Literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 16(4), 494–505. <https://doi.org/10.1177/1524838014557285>

DeLeo, D., Zammarrelli, J., Viecelli Giannotti, A., Donna, S., Bertini, S., Santini, A. et Anile, C. (2020). Notification of unexpected, violent and traumatic death: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02229>

Éducaloi (2023). *Décès et testament. Que faire après le décès d'un proche*. <https://educaloi.qc.ca/capsules/que-faire-apres-le-deces-dun-proche/>

Équijustice (2023). *Médiation citoyenne. Violences interpersonnelles, intimes et autres crimes graves contre la personne*. <https://equijustice.ca/fr/services-de-justice-reparatrice/mediation-citoyenne>

Ellis, C.A. et Lord, J. (1999). Homicide. Dans G. Coleman, M. Gaboury, M. Murray et A. Seymour (Dir.), National Victim Assistance Academy. https://www.ncjrs.gov/ovc_archives/nvaa99/chap11.htm

Evans C., Hobdell, K. et Mezey G. (2002). Families of homicide victims: Psychiatric responses and help-seeking. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 75, 65–75. doi: 10.1348/147608302169553

Feinstein, A., Audet, B. et Waknine, E. (2013). Witnessing images of extreme violence: A psychological study of journalists in the newsroom. *JRSM Open*, 5(8), p.1-5. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1177/2054270414533323>

Friedman L. N., Getzel G. et Masters R. (1988). Helping families of homicide victims: A multidimensional approach. *Journal of Traumatic Stress*, 1, 109–125. doi: 10.1007/BF00974908

Furnham, A. (2003). Belief in a just world: Research progress over the past decade. *Personality and Differences*, 34(5), 795–817. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00072-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00072-7)

BIBLIOGRAPHIE

Gaudreault, A. (1997). Les médias face à la violence envers les femmes. Table ronde organisée par le Centre de recherche interdisciplinaire sur la violence familiale et la violence faite aux femmes. Université de Montréal. Association québécoise Plaidoyer-Victimes (APVQ). <https://collections.banq.qc.ca/ark:/52327/60788>

Gaudreault, A. (2004). Notion de victimisation secondaire. Dans G. Lopez et S. Tzitzis (Dir.), *Dictionnaire des sciences criminelles*. Dalloz.

Gouvernement du Canada (2019, septembre). En savoir plus sur l'ESPT. <https://www.veterans.gc.ca/fra/health-support/mental-health-and-wellness/understanding-mental-health/learn-ptsd#b1>

Gouvernement du Canada (2020, 10 mars). *Personnes disparues*. <https://voyage.gc.ca/assistance/info-d-urgence/personnes-disparues>

Gouvernement du Canada (2021, 10 décembre). *La justice réparatrice. Qu'est-ce que la justice réparatrice*. https://www.justice.gc.ca/fra/jp-cj/jr-rj/index.html?fbclid=IwARoiiYtVdy_7kpEAFg3fkKgrGkq2pHu3fbyO3K-mBXw5FM6zPkTkusL1DwHU

Gouvernement du Canada (2022, 20 juillet). *Décès à l'extérieur du Canada*. <https://voyage.gc.ca/assistance/info-d-urgence/deces-a-l-etranger>

Gouvernement du Québec (2022). Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale. Directeur de l'état civil. *À propos de nous*. <https://www.etatcivil.gouv.qc.ca/fr/a-propos.html>

Gouvernement du Québec (2022). Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale. Directeur de l'état civil. *Décès hors du Québec*. https://www.etatcivil.gouv.qc.ca/fr/deces/deces_hors_quebec.html#:~:text=Dans%20le%20cas%20d'un,dresse%20l'acte%20de%20d%C3%A9c%C3%A8s.

Gouvernement du Québec (2023). Bureau des enquêtes indépendantes du Québec. *Mission, vision, valeurs*. <https://www.bei.gouv.qc.ca/organisme/mission-vision-et-valeurs.html>

Gouvernement du Québec (2023). Bureau des enquêtes indépendantes du Québec. *Mandat et pouvoirs*. <https://www.bei.gouv.qc.ca/organisme/mandat-et-pouvoirs.html>

Gouvernement du Québec (2023, 12 janvier). *Situations particulières liées au décès*. <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/deces/situations-particulieres-liees-au-deces>

BIBLIOGRAPHIE

Green, B. L., Epstein, S. A., Krupnick, J. L. et Rowland, J. H. (1997). Trauma and medical illness: Assessing trauma related disorders in medical settings. Dans J. Wilson et T. M. Keane (Dir.), *Assessing psychological trauma and PTSD* (pp. 160-191). Guilford

Hayer, D. (2012). La culture : des questions essentielles. *Humanisme*, 296, 85-88.
<https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.3917/huma.296.0085>

Hertz, M. F., Prothrow-Stith, D. et Chery, C. (2005). Homicide survivors: research and practice implications. *American journal of preventive medicine*, 29(5), 288-295. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2005.08.027>

Hofmann, L., Glaesmer, H., Przyrembel, M. et Wagner, B. (2021). The Impact of Police Behavior During Death Notifications on Mental Health of the Bereaved: A Cross-Sectional Study. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 0(0). <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1177/00302228211019202>

Hofmann, L., Glaesmer, H., Przyrembel, M. et Wagner, B. (2022). The delivery of death notifications, associated stress and use of aftercare in police officers: A mixed-method approach. *Police Practice and Research*, 22(5), 584-599. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1080/15614263.2021.2025053>

Indemnisation des victimes d'actes criminels (2017). *Mandat et mission*. Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail. <https://www.ivac.qc.ca/a-propos/Pages/a-propos.aspx>

King K. (2004). It hurts so bad: Comparing grieving patterns of the families of murder victims with those of families of death row inmates. *Criminal Justice Policy Review*, 15, 193-211. doi: 10.1177/0887403404263625

La Rosa, A. (1998). Dictionnaire de droit international pénal : termes choisis. Graduate Institute Publications. doi : 10.4000/books.iheid.3981

Lerner, M. J. et Miller, D. T. (1978). Just world research and the attribution process: Looking back and ahead. *Psychological Bulletin*, 85(5), 1030-1051. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.85.5.1030>

Léveillé, S., Tousignant, M., Laforest, J. et Maurice, P. (2015, janvier). *La couverture médiatique des homicides intrafamiliaux : mieux en comprendre les effets* (ISBN 978-2-9804192-2-5). Conseil de presse du Québec. https://conseildepresse.qc.ca/wp-content/uploads/2019/11/HIRapport-final-fe%CC%81vri-2015_web.pdf

Magnus Poirier (2023). *Conseils utiles pour annoncer un décès aux enfants*.
<https://www.magnuspoirier.com/fr/actualites/questions-reponses/comment-annoncer-un-deces-aux-enfants>

BIBLIOGRAPHIE

Magnus Poirier (2023). *Services. Rapatriement international*.
<https://www.magnuspoirier.com/fr/services/rapatriement-international>

Malone L. (2007). In the aftermath: Listening to people bereaved by homicide. *Probation Journal*, 54, 383–393.
<https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1177/0264550507083537>

McDevitt-Murphy, M. E., Neimeyer, R. A., Burke, L. A., Williams, J. L. et Lawson, K. (2012). The toll of traumatic loss in African Americans bereaved by homicide. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(3), 303–311. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.1037/a0024911>

McCreery J. M. et Rynearson E. K. (1993). Bereavement after homicide: A synergism of trauma and loss. *The American Journal of Psychiatry*, 150, 258–261. <http://proquest.umi.com.ezproxy.library.yorku.ca/pqdweb?index=6&did=5029899&SrchMode=3&sid=1&Fmt=6&VInst=PROD&VType=PQD&RQT=309&VName=PQD&TS=1311627435&clientId=5220&aid=1>

Miller L. (2009). Family survivors of homicide: Symptoms, syndromes, and reaction patterns. *The American Journal of Family Therapy*, 37, 67–79. doi: 10.1080/01926180801960625

Ministère de la Justice du Canada (2021, 23 août). *Aide financière pour les Canadiens victimes d'actes criminels à l'étranger*. <https://www.justice.gc.ca/fra/fina-fund/jp-cj/fond-fund/etranger-abroad.html>

Ministère de la Justice du Canada (2017, septembre). *Lignes directrices relatives à l'aide financière pour les Canadiens victimes d'actes criminels à l'étranger*. https://www.justice.gc.ca/fra/fina-fund/jp-cj/fond-fund/ligne_etr_guide_abr.html#s41

Ministres fédéral, provinciaux et territoriaux responsables de la justice et de la sécurité publique (2018). *Principes et lignes directrices relatifs à la pratique de la justice réparatrice en matière pénale*. <https://scics.ca/fr/product-produit/principes-et-lignes-directrices-relatifs-a-la-pratique-de-la-justice-reparatrice-en-matiere-penale/>

Naître et grandir (2020) *Covid-19 : comment annoncer la mort d'un proche à un enfant?*
<https://naitreetgrandir.com/fr/nouvelles/2020/04/16/covid-19-comment-annoncer-mort-proche-enfant-durant-pandemie/#:~:text=Les%20parents%20devraient%20annoncer%20rapidement,passe%20quelque%20chose%20de%20s%C3%A9rieux>

Naître et grandir (2018, février). *Le deuil chez l'enfant*.
<https://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/vie-famille/fiche.aspx?doc=mort-deuil-enfant>

BIBLIOGRAPHIE

Ombudsman des assurances de personnes (2023). *Recherche de police d'un défunt*.
<https://oapcanada.ca/assurance/recherche-de-police-perdue/#comment>

Ordre des traducteurs, terminologues et interprètes agréés du Québec (2023). *Avantages de faire affaire avec un membre*. <https://ottiaq.org/grand-public/avantages-de-faire-affaire-avec-un-membre-de-lordre/>

Ordre des traducteurs, terminologues et interprètes agréés du Québec (2023). *Raison d'être, mission et vision*. <https://ottiaq.org/a-propos/l-ordre/>

Passeport santé (2022, 22 décembre). *Perte d'appétit : causes, définition, solutions*.
<https://www.passeportsante.net/fr/Maux/Symptomes/Fiche.aspx?doc=perte-appetit-symptome>

Persons R. (1990). Psychotherapist and widower. *The Psychotherapy Patient*, 6, 71–80.
doi: 10.1300/J358v06n03_05

Reed, M.D. et Caraballo, K. (2021). Voice of the victims: Accounts of secondary victimization with the court system among homicide co-victims. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(13–14), 1–30. doi: 10.1177/0886260521989732

Reed, M.D., Dabney, D.A., Tapp, S.N. et Ishoy, G.N. (2020). Tense relationships between homicide detectives and homicide co-victims in the wake of murder. *Deviant Behavior*, 41(5), 543–566.
<https://doi.org/10.1080/01639625.2019.1574256>

Rheingold, A. A. et Williams, J. L. (2015). Survivors of Homicide: Mental Health Outcomes, Social Support, and Service Use Among a Community-Based Sample. *Violence and victims*, 30(5), 870–883.
<https://doi.org/10.1891/0886-6708.VV-D-14-00026>

Rinear E. E. (1988). Psychosocial aspects of parental response patterns to the death of a child by homicide. *Journal of Traumatic Stress*, 1, 305–322. doi: 10.1007/BF00974767

Rossi, C. (2013). *Homicide: Les proches des victimes*. L'harmattan.

Sanchez, M. (2020). Trouble de stress aigu : du DSM-IV au DSM-5. Dans : Marianne Kédia (dir.), *Psychotraumatologie* (pp. 208-216). Paris: Dunod. <https://doi-org.acces.bibl.ulaval.ca/10.3917/dunod.kedia.2020.01.0208>

BIBLIOGRAPHIE

Service de police de Montréal (SPVM) (2023). *Personne disparue*.
<https://spvm.qc.ca/fr/Fiches/Details/Personne-disparue>

Spungen, D. (1998). *Homicide: The hidden victims: A guide for professionals*. Sage Publications, Inc.
<https://doi.org/10.4135/9781483327389>

Van de Merwe, A. (2017). Victims and the media. Dans Roberson, C. (dir.), *Handbook on victims' issues in criminal justice* (1re édition, p.263-274). Routledge, Taylor & Francis Group. <https://www-taylorfrancis-com.acces.bibl.ulaval.ca/chapters/edit/10.4324/9781315644967-25/victims-media-annette-van-de-merwe?context=ubx&refId=2fe13fc7-afe8-41ba-9fd7-efb806d8e9f8>

Zinzow, H. M., Rheingold, A. A., Byczkiewicz, M., Saunders, B. E. et Kilpatrick, D. G. (2011). Examining posttraumatic stress symptoms in a national sample of homicide survivors: prevalence and comparison to other violence victims. *Journal of traumatic stress*, 24(6), 743-746. <https://doi.org/10.1002/jts.20692>

Lois et jurisprudence citées

Charte canadienne des droits et libertés. Partie I de la Loi constitutionnelle de 1982, annexe B de la Loi de 1982 sur le Canada. R.U. (1982). c. 11., art. 12. <http://laws.justice.gc.ca/fra/Const/page-15.html>

Code criminel, L.R.C. (1985), art. 6(2).

Code criminel, L.R.C. (1985), art. 7(4.1).

Code criminel, L.R.C. (1985), art. 235.

Code criminel, L.R.C. (1985), art. 236.

Code, criminel, L.R.C. (1985), art. 481.2.

R. c. Libman, [1985] 2 R.C.S. 178, 212-213.

R. c. Hape, [2007] 2 R.C.S. 292, par. 62.

*Parler de ses peines,
c'est déjà se consoler.*

– Albert Camus



AFPAD

1 877 484-0404 | afpad.ca

Justice

Québec

