

## SITES INFORMATION

### **Société canadienne du cancer:**

Le site web ci-dessous décrit le deuil et les émotions qui l'accompagnent ainsi que les différentes formes qu'il peut prendre, comme le deuil d'anticipation et le deuil compliqué.

Lien: <https://www.cancer.ca/fr-ca/cancer-information/living-with-cancer/your-emotions-and-cancer/?region=qc>

### **Collège des médecins de famille du Canada:**

Ce site web décrit le processus de deuil et les réactions normales qui y sont liées: version française disponible.

Lien: <https://monteregie.gpsprocheaidant.ca/wp-content/uploads/2020/04/Le-processus-de-deuil-Faire-face-a-la-maladie.pdf>

### **Ordre des psychologues du Québec:**

Le site web ci-dessous traite en détail du deuil compliqué et persistant.

Lien: <https://www.ordrepsy.qc.ca/-/le-deuil-complique-et-persistant>

**Votre santé est tout aussi importante.** Si vous vous sentez dépassé(e), demandez de l'aide auprès du personnel, de votre CLSC ou d'Info-Social 811.

## ÉTAPES SUIVANTES...

Consulter les publications sur le deuil pour en apprendre davantage sur les soins personnels et les expériences communes liées au deuil.

Consulter les brochures relatives aux formalités à remplir suite au décès d'un

## Ressources en ligne

1. Voir le site web de SPA-LTC pour plus de ressources  
<https://spaltc.ca/resource-library/>

# RESSOURCES RELATIVES AU DEUIL

## Contactez-nous

SPA-LTC  
McMaster University  
[spaltc@mcmaster.ca](mailto:spaltc@mcmaster.ca)  
[www.spaltc.ca](http://www.spaltc.ca)





## CHAGRIN ET DEUIL

Le chagrin est une façon naturelle d'apprendre à vivre en l'absence d'une personne décédée.

Le deuil est une période de chagrin consécutive à la mort d'un proche.

Composer le **211** pour être orienté vers une ressource communautaire ou des services sociaux à Montréal.

## Ressources sur le deuil

### **Maison Monbourquette.**

Une ressource importante pour les personnes endeuillées du Québec. La Maison Monbourquette offre une ligne téléphonique d'aide et un répertoire de ressources de plus de 250 organismes québécois qui peuvent aider à traverser cette période difficile.

**1-888-533-3845**

Lien: <https://www.maisonmonbourquette.com/>

### **Ami Québec.**

Les résidents de Montréal qui ont besoin d'aide peuvent consulter un des organismes qui figurent sur ce site. Les salons funéraires peuvent également fournir des ressources utiles.

Lien: <https://amiquebec.org/grief/>

### **Portail canadien en soins palliatifs.**

Site qui offre du soutien et de l'information personnalisée sur les soins palliatifs, les soins en fin de vie, le chagrin et le deuil.

Lien:

[https://www.virtualhospice.ca/fr\\_CA/Main+Site+Navigation/Home.aspx](https://www.virtualhospice.ca/fr_CA/Main+Site+Navigation/Home.aspx)

**La Gentiane** est un lieu de partage, un site et un forum de soutien créé par et pour les personnes en deuil.

Lien: [www.lagentiane.org/](http://www.lagentiane.org/)

## Livres d'entraide sur le chagrin et le deuil

### **Sur le chagrin et le deuil.**

David Kessler, Elisabeth Kubler-Ross et Joëlle Touati

Pour enfin tourner la page du chagrin, les auteurs abordent les cinq stades du deuil : le déni, la colère, le marchandage, la dépression et l'acceptation. Apprivoiser et comprendre ces passages obligés, voilà la clé de la guérison : plus qu'une leçon sur la mort, un hymne à la vie.

### **Vivre le deuil au jour le jour.**

Christophe Fauré

Cet ouvrage permet de mesurer à quel point ce que l'on traverse est normal et d'apprendre à s'en sortir. Il constitue un accompagnement, en plus d'apporter un éclaircissement et un réconfort inestimables à celles et ceux qui, confrontés à une terrible douleur, ne savent plus comment avancer.

### **Quand le deuil sert.**

Roger Régnier et Line Saint-Pierre

Dans cet ouvrage, les auteurs répondent franchement et simplement aux questions qui leur sont le plus souvent posées afin de procurer aux personnes en deuil l'information, le soutien et le réconfort dont elles ont tant besoin.