

# Invitation

## SOIRÉE - RENCONTRE SUR LE DEUIL

(Parrainée par Le repos Saint-François d'Assise, Montréal)

**Lundi 1<sup>er</sup> décembre 2025**  
**de 19 h 00 à 20 h 30**

### Formule hybride

#### En salle (sans frais)

Pour ceux et celles qui se présentent en  
salle, veuillez noter l'adresse ci-dessous.

**Merci de réserver vos places sur notre  
site web [infodeuil.ca](http://infodeuil.ca)**

Plaza Antique  
6086, rue Sherbrooke Est  
Montréal QC H1N 1C1



Cadillac

(Stationnement arrière)

#### En ligne (sans réservation)

Sur le site [infodeuil.ca](http://infodeuil.ca)  
À compter de 19 h

Animatrice de la soirée  
Johanne de Montigny,  
psychologue à la retraite.  
Soyez les bienvenu.e.s à  
nos activités sur le deuil.



#### À noter

De nouvelles activités autour de la  
thématique du deuil vous seront proposées  
en 2026. Pour ne rien manquer, consultez  
régulièrement notre site [RSFA/infodeuil.ca](http://RSFA/infodeuil.ca)

Prochaine soirée-rencontre sur le deuil  
Lundi 2 février 2026.

Plus d'information sur [infodeuil.ca](http://infodeuil.ca)



## MARCHER AVEC SON DEUIL comme avec une part de soi

### C'est reconnaître que

La perte fait désormais partie de notre histoire;  
L'amour, même amputé par l'absence, continue de vivre en nous;  
La disparition ne rompt pas entièrement le lien, mais le déplace  
à l'intérieur de nous;  
Ce qui a été perdu continue de nourrir ce que nous devenons;  
Le deuil n'est plus un fardeau à déposer, mais un espace à habiter.

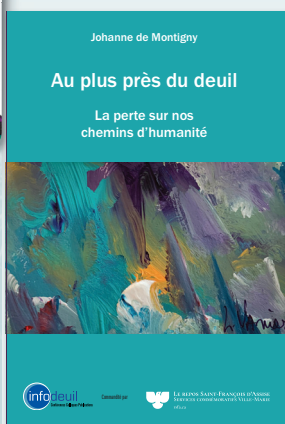
Commence alors la réconciliation avec soi et avec la vie. La peine devient  
mémoire, la mémoire devient douceur, et pas-à-pas la vie revient.

### Marcher avec son deuil sous les lumières de Noël

Noël fait remonter à la surface ce que nous portons en silence tout au long  
de l'année : l'amour pour ceux qui ne sont plus là, mais dont la trace demeure  
vive en nous. Cette période nous rappelle d'autant plus que nos liens les plus  
précieux ne disparaissent jamais, ils changent simplement de forme pour  
mieux nous accompagner.

Chacun traverse ce temps à sa manière. Certains ont besoin de se recueillir,  
d'autres de s'entourer du vivant. Il n'y a pas de bonne façon d'habiter Noël  
quand on est en deuil – il n'y a que la vôtre.

Nous savons que pour plusieurs d'entre nous, le temps des fêtes n'a plus tout  
à fait la même couleur. Derrière les lumières, derrière les chants et les  
retrouvailles, il y a des absences que rien ne comble vraiment. Toutefois, au  
milieu des silences et des manques, il reste aussi les gestes d'amitié, les mains  
tendues et les voix qui se répondent.



### Note biographique

Johanne de Montigny, psychologue à la retraite,  
collabore régulièrement avec **Le repos Saint-François d'Assise/infodeuil.ca** — Elle accueille et  
anime les soirées-rencontres sur le deuil, préside et  
coordonne le colloque annuel sur le deuil et publie  
des livres, des textes et des essais sur la thématique  
du deuil et sa traversée. « Au plus près du deuil » —  
disponible en version électronique sur le site web du

RSFA — vient de paraître dans une version papier gracieusement offerte par  
Le repos Saint-François d'Assise/infodeuil.ca