

TENDANCES

Célébrations de décès sur mesure

La mort, étape ultime pour un être aimé, étape importante pour celles et ceux qui restent... Depuis quelques années, Isabelle Roulin, à l'écoute profonde des attentes des familles en deuil, propose des célébrations personnalisées dans des lieux les plus divers, y compris, parfois, dans des églises. Ces cérémonies sont adaptées aux croyances du défunt et de sa famille, avec ou sans connotations religieuses. La demande est croissante, signe sans doute d'une profonde évolution des mœurs dans notre société.

Les célébrations «dans l'intimité» sont en forte augmentation. Les statistiques tenues par Mme Roulin sur la base d'annonces mortuaires du canton sont éloquentes : pour les cinq premiers mois de chaque année elles sont passées de 26 en 2010 à 48 en 2011.

Explication : c'est probablement, dit-elle, parce que les gens sont plus authentiques et que, même s'ils ont encore la foi, ils se reconnaissent de moins en moins dans l'expression officielle de la croyance. D'autre part

certains prêtres sont mal à l'aise avec les émotions. Un ancien membre des pompes funèbres fribourgeoises lui a même déclaré que neuf familles sur dix se disent déçues du contact qu'elles ont eu avec le prêtre lors du décès. «L'Église ne remplit plus complètement sa fonction de compassion, de disponibilité, d'écoute des soucis des gens et je trouve cela grave et préoccupant», constate notre interlocutrice, qui souhaite cependant ne pas se positionner en concurrente de l'Église mais en partenaire.

UN RITE QUI AIT DU SENS

Reste que de plus en plus de familles souhaitent trouver un rite qui ait du sens à leurs yeux, avec des textes qui répondent à leurs attentes, leurs soucis et surtout leur amour envers le ou la personne défunte. «Je pense également qu'un suivi relationnel serait bénéfique pour les familles afin que certaines personnes puissent – si elles le souhaitent – déposer leur peine, leur révolte, leur colère, certaines culpabilités peut-être infondées, pleurer en se sentant accueillies, etc. ». Les célébrations proposées par Mme Roulin sont construites sur mesure avec les proches du défunt, voire à l'avance avec le futur défunt. Rien ne manque

au canevas de base, de l'accueil à l'adieu, en passant par les étapes de la présentation du défunt, de ses joies et souffrances, du rituel du souvenir, de la rétrospective, des témoignages d'amis ou d'un membre de la famille. L'officiante est en mesure de faire de nombreuses propositions non seulement en matière de musiques ou chants les plus divers mais aussi en textes, prières, citations et même en contes émouvants.

L'un de ses principaux atouts est sa grande qualité d'écoute et d'expression : elle ose tout dire, en sachant trouver les mots du cœur. Extrait de l'un des nombreux témoignages qu'elle a reçus : «La cérémonie a été magnifique. Il en est ressorti des moments merveilleux où les paroles d'Isabelle, empreintes d'émotion et de pudeur alliées aux intermèdes musicaux, ont provoqué un sentiment étrange de tristesse et de bonheur réunis». C'est que Mme Roulin prend le temps de se renseigner auprès des proches et d'interpréter les comportements. Le défunt ne parlait pas ? Il était ronchon et bourru ? «C'est ainsi qu'il cachait sa sensibilité», dira Mme Roulin. Le défunt était-il alcoolique ? « Je le dis, mais en y mettant les formes, et en tentant de donner

une explication à son penchant pour l'alcool ». Elle s'assure que les paroles seront bien comprises : «Ça va si je dis ça?» s'inquiète-t-elle préalablement auprès des proches. Au stade du rituel du souvenir, elle demandera ce que le défunt nous a appris par son témoignage de vie. Si la personne était croyante, elle proposera la lecture d'un évangile.

Pour une célébration qui comprend une visite à la famille, la rédaction des textes, les recherches des musiques et la célébration, Mme Roulin compte entre 8 à 12 heures de travail dans l'urgence et cela a un prix. Il s'agit clairement

d'une célébration personnalisée qui se pratique sur demande. D'ailleurs un nouveau type de demandes se fait jour : des personnes qui veulent préparer elles-mêmes l'organisation de leurs propres funérailles. Elles se font auditionner par Mme Roulin qui, sur cette base va établir les éléments biographiques qui seront retenus, et surtout, traduits dans la langue du cœur.

FORTE COMPÉTENCE

Le succès croissant des services de Mme Roulin semble aussi lié à sa forte compétence. Avant de se former en relation d'aide avec Rosette Poletti, cette employée de commerce de formation avait déjà une grande pratique du terrain qui l'avait amené, dès l'âge de 22 ans, à accompagner des personnes en



Isabelle Roulin: «Ça va si je dis ça?»

Photo Alain Wicht

Un cours de cuisine... pour la croissance personnelle

A la fois coach et professeure de cuisine dans un CO, Sybille Luginbühl marie ses compétences pour proposer trois cours : «Cuisine et autonomie», «Cuisine et retour à soi», «Prendre soin de soi et de son corps». Le premier est destiné aux personnes qui hésitent à se lancer dans la cuisine, le deuxième à celles qui en ont ras-le-bol de cuisiner et le troisième à celles qui s'interrogent sur leur corps et leur lien à la nourriture.

Il ne s'agit pas de former de futurs chefs étoilés, mais de donner l'envie, la confiance et un minimum de compétences pour réaliser des plats choisis. Dans le premier cours, on apprend surtout à s'autonomiser : «Il y a des recettes partout, et sur internet même des recettes filmées. Pourquoi des personnes ne se mettent-elles pas à cuisiner ? Les gens apprendront à planifier un repas, à s'organiser autant pour les achats que pour la réalisation et à prendre confiance en soi», dit Mme Luginbühl. Un groupe de 4 personnes au maximum se réunira d'abord pour choisir le menu. «Durant une heure et demie, on discute, on regarde des magazines ou des bouquins. On élabore une liste de commissions, on choisit les fournisseurs et les prix, on se répartit les achats. On décide aussi pour qui on fera le repas, pour les quatre ou si possible pour une table d'invités ou d'amis pouvant comprendre une douzaine de personnes».

Le repas aura lieu chez Mme Luginbühl à Villarzel, un jour à midi de 10h à 14 h, ou un soir de 18 h à 22 h. On commencera par faire la mise en place et décider qui fait quoi. Chacun prépare une partie du repas et peut voir ce que les autres font. Le rôle de la coach ? «Observer, repérer d'éventuelles erreurs dans les recettes, veiller à ce que chacun développe ses capacités d'autonomie et de confiance pour finalement se sentir capable de réaliser tout ça à la maison. De plus, on vit une expérience hors du commun, on est dans le partage et la négociation, c'est un

moment convivial, avec des personnes qu'on ne connaît peut-être pas».

RAS-LE-BOL DE LA CUISINE ?

Certaines personnes en ont marre de faire la cuisine. Elles opteront pour «Cuisine et retour à soi». Si elles en ont ras le bol, «c'est parce qu'il y a des besoins pas satisfaits. Il peut y avoir différentes choses, on va chercher...». Cette fois, comme elles (ça peut aussi être «ils») en ont ras-le-bol, c'est la coach qui choisira le menu, «quelque chose qui va éveiller les sens». Afin que les participantes puissent se reconnecter à leurs sensations en disant ce qu'elles ressentent par exemple en mangeant quelque chose de croustillant, ou en voyant un œuf poché flotter dans l'eau. «Je vais m'occuper d'elles, les cocoler un peu, chercher quels sont les besoins pas satisfaits. Cela peut être très simple : si elles n'ont plus d'idées pour le choix des menus, on pourra échanger des recettes. Et si c'est parce qu'elles sont trop stressées, ou parce que personne n'apprécie ce qu'elles font, on va chercher des solutions afin qu'elles puissent repartir avec des projets d'actes concrets qu'elles pourront accomplir». L'accent est mis sur le retour à soi : «On va peut-être passer moins de temps à réfléchir à l'organisation de la cuisine et un peu plus à écouter ses ressentis en étalant la pâte».

La troisième variante est plus directement en rapport avec le corps. «Nous vivons dans un monde qui nous offre des modèles de corps qui ne correspondent pas à la réalité de qui nous sommes. Cuisine rapide, plats cuisinés... Nous ne savons plus ce que c'est que de manger sainement et équilibré. Nous n'osons plus parler de ce que nous ressentons», constate Sybille Luginbühl. «Durant ce cours coaché, nous allons parler d'équilibre alimentaire et réaliser des recettes de santé. Nous échangerons sur nos émotions en lien avec l'alimentation, sur nos croyances au sujet de l'alimentation et du corps».

Le tarif ? Il dépend du nombre de par-



Sybille Luginbühl dans sa cuisine

participants. S'il y a quatre personnes – le maximum pour la cuisine de Mme Luginbühl – il faut compter 130 francs par personne pour le premier cours, 5h 30 y compris la séance de préparation du menu, plus le prix des achats des ingrédients, qui peut être très bas si le choix s'est porté sur un repas très simple. Il varie en fonction du nombre de personnes invitées au repas. Pour «Cuisine et retour à soi», 4 heures, c'est 100 francs par personne. Pour les entreprises, un cours «Team building» est proposé pour créer la cohésion du groupe, chacun, à tour de rôle, cuisinera quelque chose de bon pour ses collègues...

Coach en formation d'aide, Sybille Luginbühl a suivi deux importantes formations professionnelles. L'une à l'école de coaching de Roselyne Fayard à Genève, l'autre à l'école canadienne d'Écoute ton corps. Elle est devenue coach pour «accompagner chacun(e) vers sa paix intérieure». Elle organise des «temps de ressourcement afin d'écouter en soi et d'agir pour soi-m-même» («Célébrations de vie», par exemple pour vivre une libération, dire merci, franchir une étape nouvelle, etc.). Elle est à l'origine des «soirées positives» qui ont connu un beau succès en 2009.

www.lavieestysibelle.ch 079/5730455

fin de vie, à jouer le rôle de famille d'accueil pour ex-toxicomane, à être animatrice Foi&Lumière (mouvement pour handicapés), à entretenir correspondance et visites à un prisonnier, à intervenir, en tant que membre de l'ACAT, en faveur de personnes torturées pour des motifs politiques, etc. Après un bilan de compétences, elle s'est formée à l'écoute centrée sur la personne (de façon empathique, selon Karl Rogers) en relation d'aide (analyse transactionnelle, Gestalt, PNL, systémique, etc). Ce qui ne l'a pas empêchée d'être au service d'une paroisse en tant que coordinatrice d'un groupe de visiteuses pastorales et secrétaire de sa paroisse notamment (jma)

Isabelle Roulin, imp. Vivier 1, 1695 Estavayer-le-Gibloux. 026 411 48 45. www.isabelleroulin.ch

Oui, mais en quel lieu ?

Le nouveau mode de célébration des décès pose un problème de lieu. Il manque d'endroits décents pour organiser des funérailles personnalisées.

Des célébrations ont eu lieu dans un hôtel, ce qui est peu approprié. Ou encore au domicile d'une personne décédée, avec une foule jusque dans le pré voisin. Il existe certes une chapelle mortuaire privée proche de Fribourg (Chantemerle), mais qui ne peut accueillir qu'une cinquantaine de personnes.

Une alternative, dans certains cas, consiste à utiliser des églises. «Mais chaque prêtre a la possibilité de dire oui ou non, et leur accord préalable est à obtenir par la famille ce qui n'est pas toujours évident», déplore Mme Roulin. Certaines familles ne comprennent pas que leur défunt qui a honoré ses impôts paroissiaux toute sa vie ne se voit pas proposer d'office l'église de son village pour la cérémonie du décès. Peut-être que la pénurie de prêtres favorisera l'évolution, comme à Ro-

mont où la bourgeoisie, propriétaire de l'église des capucins entend en faire un lieu vivant, même s'il n'a pas été désacralisé. Les religieux sont partis il y a trente et un ans. «Il est désormais temps que le bâtiment retrouve sa place dans la vie romontoise et pas uniquement au niveau du religieux. L'église pourrait être utilisée pour l'organisation d'événements tels que concerts, débats ou expositions, mais aussi célébrations de décès pour les gens de la région», a déclaré à la presse, en janvier, Jean-Denis Cornu, président de la Bourgeoisie, qui a précisé que le coût de la rénovation de l'église atteint les 800000 francs. «Nous allons l'inaugurer le 19 novembre», nous précise-t-il.

Le besoin de lieux publics pour les célébrations de funérailles se fait croissant. Utilisera-t-on bientôt des salles polyvalentes ? Verra-t-on se généraliser des cérémonies en plein air ? Est-il nécessaire de construire un centre funéraire, comme dans les cantons voisins ? Le débat public ne va pas tarder à être lancé. (jma)