

# Invitation

## SOIRÉE - RENCONTRE SUR LE DEUIL

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

**Lundi 2 juin 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  
(Stationnement arrière)



#### En ligne (sans réservation)

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

Notre conférencier sera accueilli par Johanne de Montigny, psychologue à la retraite et animatrice de la soirée. Soyez les bienvenu.e.s à nos rencontres mensuelles.



#### À noter

Prochaine soirée-rencontre sur le deuil  
Lundi 8 septembre, 2025  
Plus d'information sur [infodeuil.ca](http://infodeuil.ca)



#### Invité

**Guillaume Routhier, D.Ps.**

Conférencier et endeuillé

## COMMENT PRÉSERVER SA SANTÉ MENTALE À LA SUITE DU SUICIDE D'UN PROCHE

Le 31 juillet 2018, la vie de Guillaume et de ses proches a basculé. Ce jour-là, il apprend que son frère s'est enlevé la vie. À travers son récit expérientiel, Guillaume partagera avec nous ce qui les a aidés, lui et les autres membres de sa famille, à passer à travers son deuil. Les propos de la conférence seront également soutenus par une riche expérience de gestion dans le réseau de la santé ainsi que par un récit de vie ayant côtoyé de près la maladie mentale.

Dans le cadre de cette communication enrichissante et à l'esprit ludique, les participants ressortiront avec : une meilleure connaissance des enjeux reliés à la santé mentale, des moyens pour prendre soin de soi et une invitation à mettre leurs limites. Plusieurs trucs vous seront transmis mettant en valeur le fait que vous êtes la personne la plus importante qui peut tirer les ficelles de son propre équilibre psychologique.

#### Note biographique

Guillaume Routhier est titulaire d'un Doctorat en psychologie organisationnelle de l'Université de Sherbrooke. Ce dernier a complété sa formation doctorale en réalisant un internat dans le réseau de la santé et a évolué par la suite dans ce même milieu pendant 12 ans à titre de gestionnaire dans différentes fonctions. Depuis les trois dernières années, Guillaume a pris la voie de l'entrepreneuriat dans le monde du chocolat (oui oui!) et, parallèlement, celle de la consultation dans différentes organisations. À titre de consultant, ce sont les conférences, les animations et le coaching qui sont ses interventions professionnelles privilégiées. Son bagage de docteur en psychologie du travail et des organisations lui permet de naviguer aisément avec les thèmes de la santé psychologique, les habiletés relationnelles et la créativité.

