



Votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

## Dossier gais et lesbiennes : Songer à la séparation

Les relations de couple des gais et des lesbiennes sont plus ou moins aussi vulnérables au stress et aux incompatibilités que celles des couples hétérosexuels. Hélas, une proportion similaire de ces relations de couple se terminera irrémédiablement par une rupture.



Si une rupture provoque indéniablement de la souffrance, dans de nombreux cas, il s'agit de la bonne solution. Bien que personne ne puisse promettre une relation où règne le bonheur parfait, une bonne planification et coopération permettra d'atténuer la souffrance et les problèmes, sinon de les éviter. Voici des stratégies qui pourront vous aider.

### Les faits à prendre en compte

S'il est une chose que vous ne pouvez oublier, c'est l'importance de la planification. En vous préparant aux difficultés émotives et pratiques qui se présenteront de toute évidence durant la séparation, dressez des plans réalistes afin de parer aux imprévus.

- Il est impossible de mettre fin du jour au lendemain à une relation de longue durée. La rupture se fera lentement, et ses phases de souffrance et de frustration et sa durée pourront se prolonger.
- Durant la période suivant la séparation, de nombreuses personnes éprouveront un grand désarroi et auront l'impression que leur vie est complètement bouleversée.
- Au moment où il vous faudra prendre de sérieuses décisions, l'un des partenaires (ou les deux) sera désorienté et incapable de prendre sa vie en main.
- À la suite d'une séparation, il n'est pas rare d'être aux prises avec des difficultés ou une crise financière.
- Attendez-vous à vivre une période de deuil. Une séparation signifie la perte d'un conjoint, tout comme un décès.
- Souvenez-vous que vous vivez une situation que des milliers de personnes ont déjà vécue avant vous.

### Consignez des notes et rassemblez des documents

Le traitement des questions juridiques et financières exige une grande quantité d'information. Par exemple, vous devrez préparer un relevé financier qui contribuera à déterminer les arrangements financiers. Recueillez des documents comme les actes notariés de propriété et, si possible, faites-en des photocopies. Déposez ensuite ces documents dans un coffre-fort ou remettez-les à votre avocat.

D'autres renseignements, comme le nom des personnes ressources et les dates d'échéance de paiement des factures de services publics, vous aideront à reconstituer les aspects pratiques de votre vie quotidienne. Conservez ces documents dans un cahier à anneaux ou un classeur, accompagnés des photocopies de factures et des documents connexes.

### **La liste de vérification des documents et des renseignements à recueillir**

Voici une liste de documents qui vous aideront à vous familiariser avec les questions pratiques à traiter :

- Une copie des ententes de cohabitation
- Une copie des testaments
- Les actes notariés, les conventions hypothécaires et-ou les baux de location, ainsi que les polices d'assurance qui s'y rattachent
- Toutes les polices d'assurance-vie
- Les contrats de location de voiture et-ou les prêts automobiles, ainsi que les polices d'assurance qui s'y rattachent
- Les documents ayant trait aux REER ou à d'autres investissements
- Les relevés bancaires et de cartes de crédit : assurez-vous de bien montrer qui est le détenteur de la carte principale ou des prêts
- Les déclarations de revenus
- Des renseignements sur les régimes de pensions ou les programmes d'avantages sociaux
- Une copie des factures des services publics

- Une liste de tous les biens que vous possédez avant de faire vie commune
- Une liste des biens acquis durant votre vie commune
- Une liste de vos dettes individuelles et conjointes

## **Préparez-vous d'un point de vue financier**

### Avant la séparation

- Si vous n'avez pas de compte bancaire ou de carte de crédit à votre nom, rendez-vous à une succursale bancaire et faites-en la demande le plus tôt possible
- Au travail, communiquez avec le service de la paie et demandez à ce que votre salaire soit déposé dans votre nouveau compte.
- Afin de vous assurer que vos renseignements personnels demeurent confidentiels, faites envoyer votre courrier chez un ami en qui vous avez confiance ou louez une case postale.
- Voyez à ce que votre véhicule soit en bon état de marche et demandez-vous s'il sera partagé, vendu ou donné à l'un des conjoints. Assurez-vous qu'il soit bien immatriculé.
- Si vous quittez le domicile où vous viviez tous les deux, renseignez-vous sur le prix des logements dans votre secteur.
- Établissez un budget et effectuez les paiements essentiels sur votre seul salaire.
- Épargnez le plus d'argent possible. Idéalement, vous devriez pouvoir vivre de vos économies pendant trois mois.
- Ne contractez aucune dette supplémentaire et n'effectuez aucun achat important. Dans la mesure du possible, conservez vos liquidités.

## **Renseignez-vous sur les aspects juridiques de votre situation**

Dans la mesure du possible, avant la séparation, essayez d'obtenir au moins une première consultation auprès d'un avocat qui connaît bien la question des conjoints de même sexe. Pour obtenir des renseignements, communiquez avec un professionnel.

Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.

La séparation est une situation difficile à vivre, tant d'un point de vue émotionnel que pratique. Avant d'atteindre le point de non-retour, tenez-vous-en aux faits et voyez où vous en êtes. Le fait d'être renseignés et prêts réduira énormément le stress d'une situation déjà difficile.