A VRAI DIRE

Mes souhaits de fin de vie

Cette fiche a été créée dans l'objectif de rassembler l'ensemble des éléments d'un outil nommé "A vrai dire" et qui est présenté sous forme de cartes, distribué gratuitement sur tout le territoire francophone belge (par les plates-formes de soins palliatifs wallonnes et bruxelloise).

Quelques mots sur l'outil A vrai dire

Accompagnant des patients en fin de vie et leur famille depuis 1998, l'équipe de PalliaNam a créé un média pour aborder les souhaits de la fin de vie.

A partir de son expérience avec les patients et les familles, et sur base de collaborations avec d'autres professionnels, PalliaNam a revisité un outil existant en Amérique (The GoWish Game, conçu par Coda Alliance), en y intégrant la culture et la législation belges.

Parler de la fin de vie n'est pas un sujet facile. On peut parfois se trouver à court de mots, ou mal à l'aise pour les aborder. Pourtant, la communication est fondamentale en fin de vie. La relation de confiance, l'écoute et le respect constituent autant d'aspects indispensables pour que ces échanges puissent être vrais.

L'objectif de ce support est de permettre d'identifier ses souhaits de fin de vie, et d'amorcer un dialogue avec ses proches et/ou ses soignants.

Fruit d'un travail d'un an et demi, A Vrai dire a pu être diffusé en Province de Namur dès le mois de septembre 2020, grâce au soutien de la Fondation contre le Cancer (Relais pour la Vie). Toujours grâce au soutien de la Fondation (Grants Wallon 2024), l'outil est dès 2025 accessible sur tout le territoire belge francophone.

Bien entendu, personne ne peut-être forcé de l'utiliser, de même que personne ne doit être poussé à aborder ces questions s'il ne le souhaite pas. Il s'agit d'une ouverture de parole. Un mode d'emploi est fourni, ainsi que des idées d'utilisation. Ces propositions peuvent stimuler d'autres idées. Dans le respect de ce climat de bienveillance et d'écoute de la personne qui partage ses souhaits de fin de vie, toute autre alternative d'utilisation est la bienvenu.

Outil disponible auprès des plates-formes wallonnes et bruxelloise de soins palliatifs
www.avraidire.be

palliaLiège · PalliaLux · PalliaNam · PalliaVerviers · PalliHO asbl · pallium asbl · Plate-Forme de Concertation en Soins palliatifs du Hainaut oriental · Reliance · BRUSANO

Liste des souhaits

- Être entouré(e)
- Être écouté(e)
- Que mes proches tiennent compte de mes souhaits de fin de vie
- Etre touché(e) avec respect et réconfort
- Dire au revoir
- Ne pas être un fardeau
- Qu'on soit avec moi comme on l'a toujours été
- Qu'on me laisse tranquille
- Mourir seul(e)
- Choisir l'endroit où je voudrais mourir : chez moi ou en institution
- Que ma famille soit préparée à mon décès
- Qu'un notaire soit le garant du respect de mes volontés
- Que mon héritage soit réglé
- Que mes papiers soient en ordre
- Parler de mes funérailles
- Avoir pu transmettre ce qui me tient à cœur
- Que les médecins, les soignants et mes proches respectent ma dignité
- Partager mes souvenirs
- Être respecté(e) dans mes croyances et mes valeurs
- Rencontrer un représentant de mes convictions philosophiques ou religieuses
- Prier ou méditer
- Laisser une belle image de moi
- Qu'on respecte mes habitudes vestimentaires
- Pouvoir rester lucide jusqu'au bout
- Avoir des soignants en qui j'ai confiance
- Pouvoir parler de ma maladie et de son évolution
- Être informé(e) des choix de traitements possibles et donner mon avis
- Qu'on ait le souci de mon bien-être
- Qu'on soulage mes douleurs
- Qu'on m'entende quand j'exprime mes peurs ou mes angoisses
- Qu'on m'épargne tout acharnement thérapeutique
- Pouvoir bénéficier des soins palliatifs
- Pouvoir demander l'euthanasie
- Pouvoir encore profiter des plaisirs de la vie
- Pouvoir établir des directives anticipées de fin de vie
- Parler de ce qu'il adviendra de mon animal de compagnie
- Qu'on me dise la vérité
- Désigner un représentant / une personne de confiance

Cet outil est gratuit et ne peut être vendu

Idée originale Coda Alliance

Adaptation par PalliaNam

Avec le soutien fondation contre le cancer, Wallonie familles santé handicap AVIQ