A VRAI DIRE

Il y a comme
un mur invisible,
une glace à faire fondre
ou une pudeur peut-être,
quand il est question de
parler de fin de vie.

Benoît van Cutsem

« A vrai dire » est un outil qui permet une expression sur les priorités personnelles. Les paroles qui sont échangées n'ont aucune force légale. Libre à chacun de prolonger ce moment par la rédaction de volontés de fin de vie.

Ces cartes sont au service du dialogue. Il est important de créer une atmosphère d'écoute et de bienveillance au moment de les proposer à autrui.

Pour les professionnels de la santé, il est nécessaire d'explorer cet outil d'abord pour soi-même avant de l'utiliser avec un patient et sa famille.

Public-cible: adolescents et adultes qui se questionnent sur leurs souhaits de fin de vie.

Buts de l'outil : identifier personnellement ses souhaits de fin de vie ET faciliter la parole à ce sujet entre deux ou plusieurs personnes.

Contenu : 38 cartes « souhait » et 1 carte libre qui donne la possibilité de citer un souhait spécifique.

A VRAI DIRE

MODE D'UTILISATION

1. Chaque participant reçoit un jeu de cartes complet et l'explore individuellement.

2. La personne qui questionne ses souhaits de fin de vie sélectionne 10 cartes pour compléter la phrase suivante : « **Ce qui est le plus important pour moi, c'est : ...** » et les classe par ordre d'importance. *

3. Pendant ce temps, les autres participants sélectionnent aussi 10 cartes pour compléter la phrase suivante « Ce que je pense qui est le plus important pour lui/elle, c'est: ... » et les classent également par ordre d'importance. Ils tentent donc d'imaginer quels sont les souhaits de la personne concernée et non pas les leurs.

4. La personne concernée exprime ses souhaits à ceux qui l'entourent.

5. Les autres participants partagent ce qu'ils avaient imaginé pour cette personne.

6. Temps d'échange, de dialogue et d'écoute.

** Lors d'une utilisation en solo, s'arrêter à cette étape.*

L'utilisation de l'outil s'adapte librement au contexte et selon la créativité de chacun.
Il peut être utilisé, notamment :

- En solo
- À plusieurs
- Pendant la maladie
- Hors contexte de maladie
- En famille
- Avec des proches
- En équipe soignante
- En formation
- En supervision
- En lieu de parole
- ...



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Être entouré(e)



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Désigner un représentant / une personne de confiance

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Être écouté(e)

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Que mes proches tiennent compte de mes souhaits de fin de vie

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Etre touché(e) avec respect et réconfort



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Dire
au revoir



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Ne pas être un fardeau



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Qu’on soit
avec moi
comme on l’a
toujours été

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Qu'on me laisse tranquille



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Mourir seul(e)



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Choisir l'endroit où je voudrais mourir : chez moi ou en institution



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Que ma famille soit préparée à mon décès



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Qu’un notaire soit le garant du respect de mes volontés

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Que mon
héritage
soit réglé



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Que mes papiers soient en ordre

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Parler de mes funérailles



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Avoir pu
transmettre
ce qui me tient
à cœur

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Que les médecins, les soignants et mes proches respectent ma dignité



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Partager mes souvenirs



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Être
respecté(e)
dans mes
croyances et
mes valeurs

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Rencontrer un représentant de mes convictions philosophiques ou religieuses

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Prier ou méditer



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Laisser une belle image de moi



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Qu'on respecte mes habitudes vestimentaires



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Pouvoir rester lucide jusqu’au bout



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Avoir des soignants en qui j’ai confiance



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Pouvoir parler de ma maladie et de son évolution

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Etre informé(e) des choix de traitements possibles et donner mon avis



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Qu’on ait le souci de mon bien-être



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Qu’on soulage mes douleurs



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Qu'on
m'entende
quand j'exprime
mes peurs ou
mes angoisses

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Qu'on
m'épargne tout
acharnement
thérapeutique

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Pouvoir bénéficier des soins palliatifs

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Pouvoir demander l'euthanasie



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Pouvoir encore profiter des plaisirs de la vie



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Pouvoir établir des directives anticipées de fin de vie

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Parler de ce qu'il adviendra de mon animal de compagnie

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

Qu’on me dise
la vérité

A VRAI DIRE



PalliaNam
Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl

fondation contre le cancer

Coda Alliance

Wallonie familles santé handicap AVIQ

A VRAI DIRE

A VRAI DIRE

L'outil 'A vrai dire' est une initiative de PalliaNam

PalliaNam
Association des Soins Palliatifs
en Province de Namur asbl

D'après une idée originale de Coda Alliance

Coda
Alliance

Et distribué gratuitement par les plates-formes de soins palliatifs en Wallonie et Brusano grâce au soutien de la Fondation contre le Cancer

fondation
contre
le cancer

REMERCIEMENTS

L'outil *'A vrai dire'* est diffusé par l'Association des Soins Palliatifs en Province de Namur asbl depuis 2020.

Nous remercions Véronique Tasiaux de nous avoir fait découvrir 'The Go Wish Game' créé par CodaAlliance. Ce partage nous a permis de concevoir un nouvel outil adapté au contexte belge.

Merci à l'équipe de PalliaNam pour sa mobilisation et le suivi continu apporté à ce projet. Nous remercions aussi Benoît Van Cutsem pour son regard éthique et son aide dans la formulation juste de nos propos.

Merci à Michelle Mabille et Véronique Tasiaux pour leurs enthousiastes partages d'expérience.

Merci à tous ceux qui nous ont permis d'améliorer chaque carte lors de notre sondage du terrain. Vos commentaires constructifs nous ont été d'une grande aide!

Enfin, merci à la Fondation contre le Cancer pour son soutien financier grâce auquel nous pouvons diffuser gratuitement cet outil.

Cet outil est gratuit et ne peut être vendu.

Retrouvez toutes les ressources
autour de cet outil sur :
www.avraidire.be