

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

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

« 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.

A VRAI DIRE - IDÉES D'UTILISATION

- 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
- ...

A VRAI DIRE - MODE D'EMPLOI

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.*



A VRAI DIRE

Être
entouré(e)

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Être
écouté(e)

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

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

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Etre touché(e)
avec respect
et réconfort

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Dire
au revoir

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Ne pas être
un fardeau

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

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

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Qu'on me
laisse
tranquille

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Mourir
seul(e)

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

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

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Que ma famille
soit préparée à
mon décès

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

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

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Que mon
héritage
soit réglé

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Que mes
papiers soient
en ordre

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Parler de mes funérailles

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Avoir pu
transmettre
ce qui me tient
à cœur

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

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

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Partager mes souvenirs

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Être
respecté(e)
dans mes
croyances et
mes valeurs

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Rencontrer un
représentant de
mes convictions
philosophiques
ou religieuses

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Prier ou méditer

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Laisser une
belle image
de moi

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Qu'on respecte
mes habitudes
vestimentaires

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Pouvoir
rester lucide
jusqu'au bout

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Avoir des
soignants
en qui j'ai
confiance

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Pouvoir parler
de ma maladie
et de son
évolution

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

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

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Qu'on ait le
souci de mon
bien-être

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Qu'on soulage
mes douleurs

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

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

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Qu'on
m'épargne tout
acharnement
thérapeutique

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Pouvoir
bénéficier des
soins palliatifs

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Pouvoir
demander
l'euthanasie

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Pouvoir encore
profiter des
plaisirs de la vie

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Pouvoir établir
des directives
anticipées de
fin de vie

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

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

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

Qu'on me dise
la vérité

A VRAI DIRE



A VRAI DIRE

A VRAI DIRE

L'outil 'A vrai dire' est une initiative de l'ASPPN



D'après une idée originale de Coda Alliance



Et distribué gratuitement en Province
de Namur grâce au soutien de la
Fondation contre le Cancer



A VRAI DIRE - 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 l'ASPPN pour sa mobilisation et le suivi continu apporté à ce projet: Rosalie Charlier, Caroline Coolen, Sandra Hastir, Claudine Mahieu, Geneviève Renglet et Vanessa Somville. Nous remercions aussi Benoît Van Cutsem pour son regard éthique et son aide dans la formulation juste de nos propos.

Merci à Michelle Mabile 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 leur soutien financier grâce auquel nous pouvons diffuser gratuitement cet outil.

Cet outil est gratuit et ne peut être vendu.
www.soinspalliatifs.be