

Personne n'aime réfléchir au mauvais temps, à la maladie, à la perte d'autonomie. Pourtant, il est important d'aborder ces sujets à l'avance. Si un jour vous ne pouvez pas vous exprimer vous-même, cela aidera votre entourage à vous soigner au plus près de vos volontés.

**AIDEZ LES ÉQUIPES SOIGNANTES ET
VOS PROCHES À PRENDRE LES BONNES
DÉCISIONS MÉDICALES POUR VOUS
COMMENCEZ DÈS AUJOURD'HUI !**

HUG Hôpitaux
Universitaires
Genève



**UNIVERSITÉ
DE GENÈVE**



Università
di
Zürich
Svizzera
Italiana



INSELSPITAL

UNIVERSITÄTSSPITAL BERN
HÔPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE



Ente Ospedaliero Cantonale



**krebsliga schweiz
ligue suisse contre le cancer
lega svizzera contro il cancro**

Vous planifiez vos vacances ?

Vous économisez pour votre retraite ?

Avez-vous pensé à anticiper vos soins au cas où ?

Pour accompagner votre réflexion, une équipe pluridisciplinaire de l'Université de Genève et des HUG a développé le jeu de cartes Anticip'action, disponible gratuitement : hug.ch/centre-innovation/anticip-action



CETTE BROCHURE VOUS PERMET D'AMORCER VOTRE PROSA (PROJET DE SOINS ANTICIPÉ)

L'objectif du ProSA est d'anticiper les soins et les décisions médicales à venir, afin qu'ils correspondent au mieux à vos valeurs et à vos souhaits.

C'est un processus structuré qui consiste à réfléchir et échanger à l'aide d'outils de discussion adaptés (formulaires, jeux de cartes, etc.). Vos objectifs de vie et vos préférences en matière de traitements sont régulièrement mis à jour dans votre dossier médical.

Un principe clé du ProSA est la décision partagée, avec votre médecin, l'équipe soignante et, si vous le souhaitez, vos proches.

Vous pouvez commencer dès aujourd'hui en répondant aux questions de cette brochure !

BON À SAVOIR

Lors de ces discussions, vous pourrez nommer votre représentant ou représentante thérapeutique et ce qui vous importe sera documenté dans votre dossier médical.



Plus d'infos dans cette vidéo:
[pep-acp.ch](https://www.pep-acp.ch)

Qu'est-ce que j'aimerais mieux comprendre au sujet de ma santé, de ma maladie ou de mes traitements?

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

2 Mon ou ma représentante thérapeutique

En cas d'urgence ou de situation grave, qui serait mon ou ma porte-parole si je ne peux pas communiquer à ce moment-là ?

Par exemple, un ou une membre de la famille,
un ou une amie, un ou une personne de confiance.

Quelle personne choisir ?

- ☐ Elle a donné son accord pour cette mission difficile et vous lui avez laissé le choix de refuser.
- ☐ Elle est capable de transmettre ce que vous auriez voulu parce qu'elle a pris le temps de discuter avec vous et fait l'effort de vous comprendre.
- ☐ Elle est facilement joignable.
- ☐ Vous acceptez qu'elle ait accès à votre dossier médical.

BON À SAVOIR

Vous pouvez désigner cette personne sur une feuille blanche datée et signée ou dans des directives anticipées plus complètes (voir p.11). Ensuite, transmettez ce document à votre médecin.

3 Mes essentiels

Qu'est-ce qui est très important et me donne le goût de vivre ?

Par exemple, mon activité professionnelle, échanger avec ma famille, promener mon chien tous les jours, contempler la nature, prier, participer à la vie associative de mon quartier... ou une journée idéale pour moi, c'est...

BON À SAVOIR

Pour vous aider à répondre à cette question, vous pouvez utiliser le jeu Anticip'action.



hug.ch/centre-innovation/anticip-action



4 Mes limites

Qu'est-ce qui enlèverait tout le sens à ma vie ?

Par exemple, ne plus pouvoir vivre à la maison,
ne plus pouvoir communiquer avec mes proches,
devoir rester en permanence au lit, perdre ma raison...

[illegible]

5 Ma prise en charge médicale

Si j'ai un accident ou suis gravement malade et ne peux pas m'exprimer clairement, qu'est-ce que l'équipe soignante devrait absolument savoir ?

Aspects pratiques

Par exemple, j'ai peur du noir, je suis claustrophobe,
je n'entends rien sans mon appareil d'audition,
il faut appeler ma fille à ce numéro, j'ai besoin
d'un médicament particulier, je suis allergique à...

BON À SAVOIR

Dans l'app gratuite des HUG Concerto, vous trouverez Accordons-nous, un outil digital pour accompagner votre réflexion.
hug.ch/centre-innovation/acords



Mes priorités

Par exemple, je veux vivre, mais uniquement à condition...
(d'avoir de bonnes chances de retourner chez moi,
de pouvoir promener mon chien, d'être capable de reconnaître
mes proches...), il y a certains traitements que je refuse
absolument...

[illegible]

QUE FAIRE AVEC CE QUE J'AI ÉCRIT DANS CETTE BROCHURE ?

- Parlez-en avec vos proches !
- Prenez rendez-vous et montrez vos réponses à votre médecin ou à votre équipe soignante afin d'en discuter ensemble.



BON À SAVOIR

Si vous ne savez pas à qui vous adresser, vous pouvez prendre rendez-vous avec un ou une professionnelle formée au projet de soins anticipé.

Contactez-nous: info@pep-acp.ch

Recommandations

- Votre médecin peut noter dans votre dossier médical ce qui vous importe, vos craintes, vos limites, vos souhaits pour les soins.
- En plus, si vous le souhaitez, vous pouvez commencer à rédiger vos directives anticipées, puis les montrer à votre médecin pour les finaliser et les ajouter dans votre dossier médical.
- Pensez à actualiser votre projet de soins anticipé, car, au cours d'une vie, des éléments peuvent changer (priorités, choix, entourage).

BON À SAVOIR

Que sont les directives anticipées ?

C'est un document dans lequel vous précisez vos priorités de vie, vos objectifs de soins, les mesures et traitements médicaux auxquels vous consentez, ainsi que le nom de votre représentant ou représentante thérapeutique.

Format : Vous pouvez les écrire sous forme de texte libre, ou utiliser un formulaire proposé par le personnel soignant.

Valeur légale : Vous devez dater et signer le document pour qu'il ait une valeur légale (voir les articles 370 et suivants du Code civil suisse).

Accessibilité : Vos directives doivent être faciles à trouver pour les équipes médicales et vos proches.

Conseil : Finalisez-les avec votre médecin !



Vous trouverez des informations complémentaires sur le site web de l'OFSP : bag.admin.ch/fr/renforcer-la-volonte-du-patient



L'app qui vous accompagne dans la rédaction de vos directives anticipées : **iDecide.ch**

IMPRESSUM

Cette brochure a été développée par une équipe pluridisciplinaire de professionnels travaillant dans différentes Universités (Genève, Berne, Suisse italienne) et institutions médicales (HUG, Sitex, Inselspital, EOC). Elle est utilisée dans le cadre du projet de recherche « Planning ahead », financé par la ligue suisse contre le cancer.

Contact : info@pep-acp.ch