



AIDEZ LES ÉQUIPES SOIGNANTES ET VOS PROCHES À PRENDRE **LES BONNES DÉCISIONS** **MÉDICALES POUR VOUS**

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.

COMMENCEZ DÈS AUJOURD'HUI !

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 :

www.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 carte, 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, vos soignants 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 :



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**.



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 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 des professionnels formés au projet de soins anticipé.

Contactez-nous ici: 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 Directive 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 :



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).