



TEST ÉCLAIR

MA FIN DE VIE

Vous avez 50 ans et +
Parmi les affirmations suivantes,
Cochez celles qui correspondent à votre situation

- 1 Je n'ai jamais réfléchi à ce qui est important ou à ce qui a de la valeur pour moi.
- 2 Je ne sais pas ce que sont mes volontés de soins de fin de vie, j'y penserai quand viendra le moment.
- 3 Je n'ai pas vraiment pensé à mes funérailles, ni à toutes les démarches juridiques (testament, legs, etc.).
- 4 Mes proches et mon médecin ne savent pas quoi faire si je deviens inapte en fin de vie.
- 5 Je pense que les soins palliatifs servent à mourir.
- 6 Je ne sais pas vers quel proche aidant je pourrais me tourner en cas de maladie grave.
- 7 Je n'ose pas parler avec ma famille et mes proches de ma propre fin de vie.
- 8 Si je perds un être cher, je crois que je ne serais pas capable de m'en sortir seul.
- 9 Je ne sais pas comment partager mes volontés de fin de vie avec mes proches et l'équipe médicale.

PENSEZ
PLUS TÔT
À PLUS TARD

BILAN

Vous n'avez rien coché?

Vous êtes une personne prévoyante! Il est toutefois important de faire ces réflexions et ces démarches de manière continue, restez informé et à l'affut!

Vous avez coché un ou plusieurs éléments?

Attention, il est vraiment important de réfléchir à sa fin de vie, même lorsqu'on est en santé! Cette démarche vous permettra de connaître et de faire respecter vos volontés et vos valeurs. Même si le sujet peut être délicat, il importe de bien planifier et d'en parler de manière authentique avec vos êtres chers. Tout le monde en bénéficiera.

RESSOURCES GRATUITES

Association québécoise de soins palliatifs

www.aqsp.org

Parcours de fin de vie au CIUSSS de l'Estrie - CHUS (vidéo)

www.youtube.com/watch?v=jZNj6c28Mk4

La planification préalable des soins

www.planificationprealable.ca

Directives médicales anticipées

www.quebec.ca

Soins palliatifs et de fin de vie

www.santeestrie.qc.ca/soins-services/pour-tous/soins-palliatifs-et-de-fin-de-vie