

2 Comment rédiger mes directives anticipées ?

La rédaction des directives anticipées exige de réfléchir par avance aux conditions de ma fin de vie. Elles sont le fruit d'un cheminement qui ne peut se faire que dans le temps, résultant d'une réflexion personnelle et d'échanges avec d'autres personnes, notamment avec la personne de confiance que j'aurais éventuellement désignée, ainsi que le ou les médecins qui me suivent.

Il se peut qu'un modèle me soit proposé, pour la rédaction des directives anticipées, mais elles peuvent aussi bien être écrites sur papier libre.

Il est important de les conserver de telle sorte qu'elles restent accessibles à tout moment et de dire à l'entourage où elles se trouvent.

3 Qui peut m'aider à rédiger mes directives anticipées?

Des échanges avec d'autres personnes peuvent m'aider : conjoint, famille, amis, personne de confiance. Engager le dialogue sur les questions de fin de vie peut être délicat mais toujours profitable.

Ouvrir des espaces de verbalisation sur des sujets généralement « non dits », voire complètement « tabous », devrait me permettre d'aborder plus sereinement cette partie de ma vie.

L'avis de mon médecin (ou de mes médecins) peut m'aider à préciser les aspects médicaux de mes souhaits et la manière de les exprimer.



