

JOURNAL DE L'ASAD

Lettre de nouvelles du service d'aide et soins à domicile de la vallée de Tavannes et du Petit-Val

Afin de vous permettre de nous connaître davantage, nous vous proposons, le temps d'un instant, d'entrer dans les coulisses de notre service. Dans ce numéro, nous vous présentons notre équipe spécialisée en soins palliatifs et abordons la question des directives anticipées.

Portrait

Je m'appelle Ludivine, j'ai 35 ans, je suis mariée et maman de deux petites filles.

Après huit années d'exercice en tant qu'infirmière libérale, j'ai rejoint l'ASAD il y a un peu plus de deux ans en tant qu'infirmière référente. Cette évolution a représenté pour moi une véritable renaissance professionnelle et a renforcé ma confiance en moi. J'apprécie particulièrement la possibilité de gérer les situations de A à Z, avec une réelle liberté d'action, tout en garantissant un accompagnement de qualité, centré sur le bien-être et la dignité des personnes.

À mon arrivée, on m'a proposé de suivre une formation en soins palliatifs, un domaine en profonde adéquation avec mes valeurs. J'ai accueilli cette proposition comme une évidence et avec reconnaissance. Les soins palliatifs me passionnent particulièrement par la richesse humaine qu'ils impliquent : prendre le temps, comprendre la personne dans sa globalité, soulager la douleur physique, mais aussi la souffrance psychologique et émotionnelle, soutenir les proches et préserver la dignité de la personne soignée jusqu'à la fin de la vie.

Cette formation m'a permis de consolider mes compétences dans l'évaluation et la gestion des symptômes (douleur, anxiété, dyspnée), d'affiner mes interventions et de favoriser le maintien à domicile lorsqu'il est souhaité. Elle a également renforcé ma posture d'écoute et d'accompagnement auprès des client·e·s et de leurs proches, ainsi que ma collaboration avec les médecins et les équipes pluridisciplinaires. Je suis également à même de soutenir mes collègues lors de situations complexes auxquelles ils et elles peuvent être confronté·e·s.

J'aime cette citation de Cicely Saunders, pionnière des soins palliatifs : « Vous comptez parce que vous êtes vous, et vous comptez jusqu'au dernier moment de votre vie. »



Je m'investis également dans le développement de nouveaux projets, notamment en cherchant à rendre l'utilisation des directives anticipées beaucoup plus systématique. Cette initiative, née des apports de ma formation, est portée conjointement avec ma collègue Emeline.

Profondément attachée à la relation humaine, je veille à maintenir un équilibre entre ma vie professionnelle et ma vie familiale. Chaque jour, je m'efforce d'exercer mon métier avec engagement, humanité et empathie.

Je suis passionnée par les voyages, que j'aime partager en famille. Ce sont des moments de découverte vécus ensemble, où l'émerveillement que nous ressentons renforce toute la beauté et la richesse de ces expériences.

Pour conclure, mon expérience professionnelle renforce chaque jour une conviction personnelle :

« La vie est précieuse et parfois fragile, alors je choisis de savourer chaque instant et de le partager pleinement avec ceux qui me sont chers. »

DIRE CE QUI COMPTE, MÊME POUR PLUS TARD

Les soins palliatifs, quand y fait-on appel ?

Les soins palliatifs ne concernent pas seulement les derniers jours de la vie. Ils s'adressent aux personnes qui vivent avec une maladie chronique, des douleurs importantes ou des symptômes (nausées, problèmes de transit intestinal, problèmes de sommeil, anxiété, ...). Leur objectif est d'aider à vivre le mieux possible à domicile, en apportant un soutien aux client·e·s et/ou à leurs proches, afin de les soulager. »

Directives anticipées

Un accident ou une maladie peut survenir à tout âge. Personne n'est à l'abri d'une situation où il-elle ne peut plus s'exprimer. C'est pourquoi les directives anticipées sont importantes, quel que soit votre âge ou votre état de santé.

Les directives anticipées permettent de mettre à l'avance et par écrit, vos souhaits concernant vos soins médicaux. Il s'agit d'un formulaire simple que vous pouvez remplir seul-e ou avec de l'aide. Vous pouvez ensuite le partager avec votre médecin traitant, l'équipe de soins et vos proches de référence, afin que vos volontés soient clairement connues.

Dans ce document, vous pouvez préciser les traitements que vous acceptez, ceux que vous ne souhaitez pas, et désigner une personne de confiance qui pourra parler en votre nom si vous ne le pouvez plus.



Ludivine et Emeline, nos infirmières spécialisées en soins palliatifs

Il est important de savoir que tant que vous êtes capable de vous exprimer, ce sont toujours vos décisions du moment qui comptent. Même si vous choisissez autre chose que ce qui est écrit dans vos directives anticipées, c'est votre volonté actuelle qui fait foi. Les directives servent uniquement lorsque vous ne pouvez plus vous exprimer vous-même.

Rédiger ces directives permet d'éviter à vos proches d'avoir à prendre des décisions difficiles à votre place. Cela aide aussi les professionnels de la santé à agir en respectant clairement ce que vous souhaitez. En Suisse, la loi (Code civil suisse, art. 360 et suivants) garantit que ces directives sont juridiquement valables lorsque vous ne pouvez plus vous exprimer.

Notre équipe de soins palliatifs, composée d'Emeline et Ludivine, est à votre disposition pour vous accompagner simplement et sereinement dans cette démarche.



Pour vous – chez vous

**AIDE ET SOINS
A DOMICILE**

Vallée de Tavannes
et Petit-Val

serviceasad.ch