

2021

COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION
VAL D'YERRES VAL DE SEINE

LE +
GUIDE
SANTÉ

Accompagnement de la fin de vie



VAL D'YERRES
VAL DE SEINE
COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION

ÉDITO

« Les neuf dixièmes de notre bonheur reposent sur la santé. Avec elle, tout devient source de plaisir. » (Arthur Schopenhauer)

Parce que les questions de santé constituent le deuxième sujet d'inquiétude de la population, après celles liées au travail et à l'emploi, et dans la continuité de la création d'un Contrat Local de Santé, la Communauté d'Agglomération Val d'Yerres Val de Seine souhaite, à travers ce guide, aider chaque habitant du territoire à améliorer ses connaissances sur ses droits en matière de santé et à fluidifier les parcours de soins.

En effet, soucieux du bien-être de nos concitoyennes et concitoyens, les élus communautaires se sont engagés dans une politique locale pour favoriser l'accès aux soins et réduire les inégalités sociales, environnementales et territoriales de santé.

Ainsi, ce guide a été réalisé pour apporter de l'information à tous, et particulièrement aux professionnels du social, du médico-social et de la santé qui accompagnent les personnes au quotidien et qui pourront ainsi expliquer et rendre plus accessibles les démarches en matière de santé. Il est le fruit d'une riche collaboration entre des associations, des institutions, des collectivités locales, des travailleurs sociaux et des professionnels de santé du territoire, et nous les en remercions très sincèrement.

Particulièrement en cette période de contexte sanitaire difficile, la santé apparaît comme notre bien le plus précieux. Nous espérons que ce guide aidera ses lecteurs et lectrices à le préserver. Prenez soin de vous.

François DUROVRA
Président de la Communauté
d'Agglomération Val d'Yerres Val de Seine,
Président du Département de l'Essonne

Christine GARNIER
Vice-Présidente
déléguée à l'habitat et à la santé

Nous remercions tout particulièrement pour leur contribution :

- Amadpa
- ARS Île-de-France
- Association Espace Vie et Comité des usagers (CPTS)
- Association Léa Solidarité Femmes
- Association Le Pied à l'Étrier
- Association Nepale
- Association Nos mains pour s'entendre
- Association Vie Libre
- Conseil Territorial de Santé 91
- Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) de l'Essonne
- Département de l'Essonne – Service territorialisé du développement social
- Direction des Services départementaux de l'Éducation Nationale de l'Essonne
- Établissement Public de Santé (EPS) Barthélémy Durand
- Mission locale Val d'Yerres Val de Seine
- Pôle de psychiatrie de Vigneux-sur-Seine (CHSF)
- Syndicat national des psychologues
- Ville de Brunoy (service jeunesse)
- Ville de Montgeron (CCAS, service jeunesse, centre social Saint-Exupéry)
- Ville de Vigneux-sur-Seine (CCAS, Pôle santé)



Aidez-nous à améliorer notre guide santé

- *En nous rapportant les erreurs ou les oublis éventuels ;*
- *En nous signalant la mise à jour de coordonnées ;*
- *En nous proposant des idées d'amélioration.*



Pour nous contacter ou nous rencontrer

- **Comité de conception / Guide Santé**
Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine
Direction de la Cohésion Sociale et de la Politique de la Ville
Coordinatrice du Contrat Local de Santé



politiquedelaville@vyvs.fr



01 69 73 15 20

L'épreuve de la fin de vie

La fin de vie peut concerner tous les âges, directement ou indirectement. C'est une étape qui peut être éprouvante pour la personne concernée comme pour ses proches. Plusieurs dispositifs permettent de passer cette étape dans la dignité et la sérénité grâce à un accompagnement et une meilleure prise en charge de la souffrance, dans le respect des volontés du ou de la patient·e.

SOMMAIRE



pages	4	...	6	Mes volontés sur la fin de vie
page	7			L'obstination déraisonnable
page	8			Le droit à une fin de vie digne et au meilleur apaisement possible de la souffrance
pages	9	...	11	Les soins palliatifs
pages	12	...	13	Être accompagné psychologiquement
pages	14	...	15	Annuaire

Mes volontés sur la fin de vie

- Que je sois malade ou en bonne santé et quel que soit mon âge, je peux exprimer mes volontés sur la fin de vie.
Y réfléchir à l'avance, c'est l'opportunité d'une plus grande sérénité à l'avenir, pour moi et pour mes proches, qui pourraient être confrontés à des décisions difficiles me concernant.

Les directives anticipées

- Écrire mes volontés de fin de vie, à travers ce qu'on appelle les « directives anticipées », me permet :
 - de les exprimer par avance pour les faire valoir si un jour je ne suis plus en capacité de m'exprimer, par exemple du fait d'un accident ou d'une maladie grave ;
 - de réfléchir à ce que je veux ou ne veux pas lors de ma fin de vie, par exemple poursuivre, limiter ou refuser certains traitements dans certaines conditions.
- Pour m'aider à les formuler, je peux en parler avec :
 - mon médecin traitant,
 - un autre professionnel de santé,
 - un proche.

COMMENT SONT PRISES EN COMPTE MES DIRECTIVES ANTICIPÉES EN CAS DE FIN DE VIE ?

- Depuis 2016, les directives anticipées s'imposent au personnel médical : il est dans l'obligation de les appliquer. Leur contenu prévaut sur les avis de la personne de confiance et des proches. L'équipe soignante ne peut refuser de les appliquer que dans le cas où elles lui paraissent inappropriées ou non conformes à la situation médicale, et seulement après avoir consulté la personne de confiance ou les proches.



● COMMENT RÉDIGER MES DIRECTIVES ANTICIPÉES ?

- Toute personne majeure peut, à tout moment, écrire ses directives anticipées.
- Pour cela, je dois :
 - le faire sur un document écrit, daté et signé ;
 - bien préciser mes nom, prénom, date et lieu de naissance.
- Je peux :
 - modifier ou annuler mes directives anticipées à tout moment ;
 - me faire aider pour les rédiger, par un professionnel de santé, comme mon médecin traitant, ou un proche.

Désigner une personne de confiance

- Chacun peut, s'il le souhaite, désigner une personne de confiance. Si je n'ai pas désigné de personne de confiance, c'est l'avis de ma famille et de mes proches qui prévaut.

● QUEL EST LE RÔLE DE LA PERSONNE DE CONFIANCE ?



La personne de confiance m'accompagne dans mon parcours médical et me représente pour les décisions médicales me concernant si un jour je n'étais plus en état de m'exprimer.



C'est elle qui connaît mes volontés de fin de vie ; si j'ai écrit des directives anticipées, elle en connaît le contenu et sait où elles sont conservées.



Elle est consultée en priorité par les équipes médicales pour tout questionnement ou décision me concernant.

● COMMENT DÉSIGNER UNE PERSONNE DE CONFIANCE ?

- Toute personne majeure peut désigner, à tout moment, une personne de confiance : parent, proche, médecin...
- Je dois désigner la personne de confiance par écrit :
 - sur papier libre ;
 - ou sur le même document que les directives anticipées.
- Je peux, à tout moment :
 - annuler ou modifier mon choix.



L'obstination déraisonnable

- L'obstination déraisonnable, anciennement appelée « acharnement thérapeutique », est le fait pour le personnel médical de pratiquer des actes ou des traitements alors qu'ils sont inutiles, disproportionnés ou qu'ils n'ont aucun autre effet que de maintenir artificiellement le patient en vie.
- La loi interdit l'obstination déraisonnable. L'équipe médicale juge s'il y a obstination déraisonnable, mais chacun, dans ses directives anticipées, peut exprimer ce qu'il considère comme tel. Devant la décision de limitation ou d'arrêt de traitements, l'équipe médicale respecte mes volontés.

Le droit à une fin de vie digne

et au meilleur apaisement possible de la souffrance

- Toute personne a droit à une fin de vie digne et au meilleur apaisement possible de la souffrance.
- Ainsi, lorsque le décès est imminent et inévitable et que la souffrance du patient est vécue comme insupportable, l'équipe médicale a l'obligation de soulager cette souffrance et d'accompagner le patient jusqu'au décès en arrêtant les traitements et en administrant des analgésiques. C'est ce qu'on appelle la « sédation profonde et continue jusqu'au décès ».
- Le patient, s'il peut encore s'exprimer ou s'il l'a écrit dans ses directives anticipées, peut demander lui-même une sédation profonde et continue jusqu'au décès, dans des conditions encadrées par la loi.





Les soins palliatifs

- Les soins palliatifs sont dispensés en complément des soins curatifs (destinés à soigner la maladie). Ils ont pour objectif de **maintenir au maximum la qualité de vie du patient atteint d'une maladie grave potentiellement mortelle, par la prévention et le soulagement de toute souffrance**, qu'elle soit physique, psychologique, sociale ou spirituelle.
- Les soins palliatifs comprennent :
 - **des soins dispensés par une équipe médicale** qui vise à atténuer la douleur ;
 - **un accompagnement global du patient** (psychologue, assistante sociale...);
 - **un soutien relationnel et social** pour les proches.
- Ils sont proposés à une personne malade lorsque les soins curatifs n'améliorent pas son état de santé : les soins palliatifs prennent alors une place plus importante pour assurer la meilleure qualité de vie possible au patient et à son entourage.



● OÙ SONT DISPENSÉS LES SOINS PALLIATIFS ?

- Les soins palliatifs peuvent être dispensés :
 - à l'hôpital,
 - en EHPAD,
 - à domicile.
- La décision d'engager des soins palliatifs à domicile se fait :
 - sur prescription du médecin traitant ;
 - et en accord avec le patient et sa famille.
- Le médecin orientera vers les structures adaptées.

Les services d'Hospitalisation à Domicile (HAD)

 **Fondation Œuvre de la Croix Saint-Simon**
Paris

35, rue du plateau



08 00 00 98 39

 **Fondation Santé Service**
Chevilly-la-Rue

106-110, rue du Petit Le Roy



01 56 70 24 34

Les réseaux de soins palliatifs

Association Nepale

Réseau de santé pluri thématique Essonne Nord



01 69 63 29 70

 **Réseau Soins palliatifs**
Sainte-Geneviève-des-Bois
2, route de Longpont





Être accompagné psychologiquement

La question de la fin de vie, qu'elle me touche personnellement ou qu'elle touche un de mes proches, directement ou indirectement, peut être éprouvante sur le plan psychologique. Je suis peut-être face à des doutes, des questionnements, ou un mal-être qui m'empêche d'avancer sereinement.

Je n'hésite pas à me faire aider :

- par un psychologue en libéral ;
- ou au sein d'une association.

Les associations spécialisées



Point Écoute Relais Essonne Nord (PEREN)

Ris-Orangis

Les Rives de Seine

10, quai de la Borde

Bâtiment A2, 1^{er} étage



01 69 57 07 01

[Entretiens psychologiques gratuits]



**Association Tempo
Ris-Orangis**

104, rue de Fromont



01 69 02 45 60

[Écoute et soutien psychologique tous âges]



**Association Filigrane
Évry**

11, rue des Mazières



01 60 77 40 08

[Écoute et soutien psychologique tous âges]



**Association PAUSE
Évry**

509, Patio des terrasses de l'Agora



01 60 78 10 10

[Écoute et soutien psychologique tous âges]





ANNUAIRE

— Annuaire des professionnels de santé

➤ Site internet Ameli: annuaire.sante.ameli.fr



**Grand froid,
canicule, épidémie,
absence de logement,
précarité...**

- ▶ **si je suis vulnérable
et/ou en situation
d'urgence**
- ▶ **ou si j'ai identifié
quelqu'un dans ce cas**

**Je me signale aux
structures qui pourront
m'accompagner :**

- *CCAS de ma commune*
- *Pompiers: 18*
- *Samu: 15*
- *Police: 17*

Les autres thématiques du Guide santé



Accès aux soins



Parentalité
et petite enfance



Vie sexuelle
et affective



Maladies
chroniques



Conduites
addictives



Handicap
et invalidité



Santé des séniors



Santé mentale



Soutien aux
proches aidants

Conception

Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine

Rédaction et relecture

- Amadpa
- ARS Île-de-France
- Association Espace Vie (CPTS) et Comité des usagers
- Association Léa Solidarité Femmes
- Association Le Pied à l'Étrier
- Association Nepale
- Association Nos mains pour s'entendre
- Association Vie Libre
- Communauté d'agglomération Val d'Yerres Val de Seine
- Conseil Territorial de Santé 91
- Caisse Primaire de l'Assurance Maladie (CPAM) de l'Essonne
- Département de l'Essonne – Service territorialisé du développement social
- Direction des Services départementaux de l'Éducation Nationale de l'Essonne
- Établissement Public de Santé (EPS) Barthélémy Durand
- Mission locale Val d'Yerres Val de Seine
- Pôle de psychiatrie de Vigneux-sur-Seine (CHSF)
- Syndicat national des psychologues
- Ville de Brunoy (service jeunesse)
- Ville de Montgeron (CCAS, service jeunesse, Centre social Saint-Exupéry)
- Ville de Vigneux-sur-Seine (CCAS, Pôle santé)

Conception graphique et mise en page

- Marie Jamon

Typographies

- « Signika » créée par Anna Giedrys
- « Domus Titling » créée par Just Another Foundry (Shoko Mugikura, Tim Ahrens)
- « Source® Sans Pro » créée par Paul D. Hunt / Adobe

Iconographie

- **Burst** : Shopify Partners (p. 12)
- **Pexels** : Cytonn Photography (p. 5) / Ivan Samkov (p. 7) / Rodnae Productions (p. 9 et 13) / Karolina Grabowska (p. 10) / Alex Green (p. 11 et 16 *Soutien aux proches aidants*)
- **Pixabay** : Memory Catcher (couverture)
- **Unsplash** : Sharon McCutcheon (p. 8) / Green Chameleon (p. 14) / Luke Southern (p. 15) / Hush Naidoo (p. 16 *Accès aux soins et Maladies chroniques*) / Aditya Romansa (p. 16 *Parentalité et petite enfance*) / Angelika Agibalova (p. 16 *Vie sexuelle et affective*) / Em M. (p. 16 *Conduites addictives*) / Danny Nee (p. 16 *Handicap et invalidité*) / Artyom Kabajev (p. 16 *Santé des séniors*) / Christopher Lemerrier (p. 16 *Santé mentale*)

Impression

Imprimeur Desbouis Gresil, Siret 963201330 00023 / 10, rue Mercure – 91230 Montgeron

Imprimé sur papier certifié PEFC / Ne pas jeter sur la voie publique



Avec le soutien de :



Boussy-Saint-Antoine Brunoy Crosne Draveil Épinay-sous-Sénart Quincy-sous-Sénart Montgeron Vigneux-sur-Seine Yerres

www.vyvs.fr