

Soutien pour l'aide médicale à mourir : ressources sur le deuil et la perte d'un proche

Le chagrin ressenti après la perte d'un proche est une réaction tout à fait normale et chacun le vit à sa manière. Le deuil correspond à la période pendant laquelle on ressent du chagrin à la suite de la perte d'un proche.

Pour beaucoup de gens ayant perdu un proche qui a eu recours à l'aide médicale à mourir, leur deuil qui s'en suit est très différent d'autres deuils qu'ils ont vécus. En effet, pour accepter ce type de perte, ils doivent apprendre de nouvelles façons de trouver un sens à la perte, de la mettre en perspective et de la surmonter.

Peu importe votre lieu de résidence ou l'étape de votre deuil, nous espérons que la présente ressource vous sera utile.

Est-il normal de se sentir ainsi?

Parfois, la famille et les aidants naturels :

- se sentent moins préparés que leur proche et peinent à accepter la réalité;
- ont de la difficulté à gérer leur détresse tout en soutenant activement leur proche en fin de vie;
- n'arrivent pas à communiquer leurs émotions, notamment aux personnes qui n'acceptent pas facilement l'aide médicale à mourir;
- ressentent de l'isolement ou des frustrations;
- éprouvent une détresse morale quant à la décision de leur proche de recourir à l'aide médicale à mourir;
- composent difficilement avec le deuil au quotidien.

Il s'agit là seulement de quelques-unes des émotions qui surviennent pendant le deuil et qu'il est tout à fait normal de ressentir après le décès d'un proche qui a eu recours à l'aide médicale à mourir. Si vous vous sentez submergé, nous vous encourageons à obtenir du soutien auprès des organismes cités ci-dessous.

Accès à du soutien

Le soutien pour le deuil et la perte d'un proche qui demande l'aide médicale à mourir est parfois limité si les personnes concernées n'ont pas accès à des services de counseling pour des raisons de coûts, d'emplacement géographique ou de stigmatisation.

Il arrive que les aidants naturels se retrouvent à devoir éduquer les autres sur l'aide médicale à mourir avant même de commencer à recevoir le soutien nécessaire pour gérer leurs propres émotions. De plus, beaucoup d'entre eux rapportent devoir justifier ou valider le choix de leur proche de recourir à l'aide médicale à mourir.

Sur le plan spirituel, la famille peut rencontrer des difficultés d'accès à des services de soutien auprès d'organismes confessionnels ou d'un membre du clergé ou de son groupe confessionnel puisque certaines confessions n'appuient pas l'aide médicale à mourir.

Les organismes énoncés dans le présent document reconnaissent la valeur des services de soutien liés à l'aide médicale à mourir et du sentiment d'appartenance à un groupe pour les proches d'une personne qui a eu recours à l'aide médicale à mourir. Ces services de soutien sont gratuits et offerts sous différentes formes. D'autres services de soutien qui ne sont pas mentionnés dans le présent document sont peut-être offerts dans votre collectivité, notamment des services de consultation privée et de consultation générale, notamment dans les centres communautaires.

Familles endeuillées de l'Ontario – région d'Ottawa

L'objectif de Familles endeuillées de l'Ontario – région d'Ottawa est de susciter l'espoir et la transformation chez les familles endeuillées.

Renseignements

- <http://www.bfo-ottawa.org/> (en anglais)
- 211, av. Bronson, bureau 303, Ottawa, ON
- 613-567-4278

Services

- Soutien par des pairs
- Groupe d'entraide sur l'aide médicale à mourir
- Programmes d'entraide et d'échange et groupe de marche
- Programmes saisonniers
- Thérapie par l'art pour enfants et adolescents

(Consulter le site Web pour en savoir plus)

Bridge C-14

Bridge C-14 est un organisme à but non lucratif qui s'efforce d'apporter des pistes pertinentes de soutien aux personnes qui demandent l'aide médicale à mourir et à leur famille, et ce, à toutes les étapes du processus. Bridge C-14 s'engage à créer un climat qui honore et valorise la dignité, le choix et le deuil.

Coordonnées

- www.bridgec14.org (en anglais)

Services

- Renseignements sur les ressources
- Balados et blogue
- Groupe d'entraide sur Facebook
- Rencontres
- Groupe d'entraide sur l'aide médicale à mourir

(Consulter le site Web pour en savoir plus)

Dying with Dignity Canada

Section nationale

Dying With Dignity Canada est l'organisme national de défense des droits de l'homme qui s'engage à améliorer la qualité de vie des personnes en fin de vie, à protéger leurs droits et à aider les Canadiens à éviter des souffrances indésirables.

Renseignements

- 1-800-495-6156 (numéro sans frais)
- www.dyingwithdignity.ca (en anglais)

Services

- Service de soutien émotionnel et de counseling aux personnes endeuillées
 - 1-800-395-3640
 - support@dyingwithdignity.ca
- Soutien pour demander l'aide médicale à mourir
- Guide d'orientation du patient
- Ressources sur les soins palliatifs

- Programme des témoins indépendants

(Consulter le site Web pour en savoir plus)

Section d'Ottawa

Renseignements

- www.dyingwithdignity.ca/ottawa_chapter (en anglais)

Services

- Ateliers sur la planification préalable des soins
- Présentations sur des questions liées au choix personnel
- Référence à des témoins indépendants
- Groupe d'entraide sur l'aide médicale à mourir

(Consulter le site Web pour en savoir plus)

Groupe d'entraide mensuel sur l'aide médicale à mourir

À la suite de demandes de la collectivité, Familles endeuillées de l'Ontario – section d'Ottawa, Bridge C-14 et Dying With Dignity Canada se sont alliés pour offrir un groupe d'entraide par des pairs aux personnes et aux familles qui ont vécu l'aide médicale à mourir.

Pour en savoir plus :

- Téléphone : 613-567-4278
- Courriel : office@bfo-ottawa.org

Autres ressources

- Portail canadien en soins palliatifs : www.mondeuil.ca
- Distress Centre of Ottawa and Region (en anglais) : 613-238-3311
- Jeunesse, J'écoute : 1-800-668-6868
- Tel-Aide Outaouais : 1-800-567-9699 / 613-741-6433
- Association canadienne de soins palliatifs
(www.acsp.net/accueil.aspx?_ga=2.216212369.68673769.1568663686-2026630863.1568663685)
- <https://kidsgrief.ca/mod/lesson/view.php?id=281&pageid=621>
- www.islandhealth.ca/sites/default/files/2019-05/maid-bereavement-guide-patients-families.pdf