



## Accompagner une personne en fin de vie.

## Parler de la mort

Accompagner une personne âgée en fin de vie met la personne accompagnante en relation avec tout le bagage et le vécu de la personne âgée et oblige l'une et l'autre à confronter l'imminence de la mort.

Il est possible que la personne soit sereine et souhaite en discuter à l'occasion, sur la pointe des pieds, en évoquant le fait qu'elle se sente prête, que toutes ses affaires sont réglées. Il arrive aussi qu'elle l'évoque dans ses mots, en parlant d'un départ, d'un grand voyage.

Ces moments de partage peuvent certes être déstabilisants, mais ils peuvent également offrir une occasion émouvante d'y réfléchir à deux.

Parlons-en tant qu'il fait beau, disait le sage... En parler permet de se préparer émotionnellement et d'échanger sur le sujet dans le respect de ses limites et des croyances respectives sans débordement.

*« C'est la perspective de la mort qui met en surbrillance la beauté des choses. Je ne voudrais pas ne jamais penser à la mort, j'aurais peur d'en rater l'essentiel. »  
Claude Raymond (2020)*

Accompagner un être cher s'avère une grande aventure, il faut s'attendre à y être remuée, bousculée et émerveillée quelques fois. Il y a les moments doux ou un regard suffit à se comprendre, les difficiles ou même les mots sont impuissants. Il y a tous ces espoirs et leurs déceptions. Accompagner un être aimé c'est d'abord être, être présent, aimant, patient et vrai. C'est faire face à nos émotions et à celles de l'autre. C'est être étouffé d'amour et de peur à la fois. Accompagner c'est se nourrir du avant, du passé pour ennoblir un présent incertain. C'est accepter de ne pas se projeter dans l'avenir, c'est rire, pleurer, se coller ensemble et profiter de l'instant.

C'est aussi un arrêt du temps, celui de la vie qui court de l'autre côté de la porte, pour être juste là à le ponctuer au rythme de la respiration. C'est accompagner le plus paisiblement possible ce souffle jusqu'au dernier. Finalement ouvrir les bras, les mains, laisser aller, pleurer la perte et soigner son vide avec autant d'amour.

Danielle B., Coordonnatrice d'équipe  
chez Les Petits Frères



## Bonnes pratiques

- Être à l'écoute, disponible et empathique;
- Écouter la personne lorsqu'elle fait part de ses sentiments et de ses émotions dans ses mots;
- Montrer son attachement à la personne aînée;
- S'intéresser à ses croyances, à ce qui la reconforte et fait du sens pour elle;
- Poser des questions ouvertes si elle aborde le sujet. Par exemple, en lui demandant si elle a besoin d'en parler ou si vous pouvez faire quelque chose pour la rassurer;
- Évoquer les beaux moments du passé;
- Parler de ce que son parcours de vie a apporté de positif;
- Aborder les apprentissages de cette étape de fin de vie dans la bienveillance;
- Rester soi-même;
- Accueillir les silences;
- Consulter, s'informer, rassurer la personne.



## Attitudes à privilégier



- Gardez à l'esprit que votre présence fait la différence.
- « Trop souvent une personne en fin de vie est connue comme « en fin », avant d'être reconnue comme une personne en vie jusqu'à la fin », Les Petits Frères des pauvres.
- Comme bénévole ou comme proche aidant, vous n'êtes pas seul : partagez vos observations avec des personnes de confiance et les professionnels entourant la personne aînée.
- Assurez-vous de bien respecter le cadre et les limites de votre accompagnement, prenez soin de vous pour profiter de votre accompagnement et de ses apprentissages.



## À éviter

- Nier les sentiments ou les émotions de la personne;
- Refuser d'en parler, changer de sujet;
- Juger la personne;
- Se retirer, espacer ses visites;
- Transposer ses craintes et ses perceptions.

## Pour aller plus loin

### Lectures

Les Petits Frères des Pauvres, *100 mots contre l'isolement de nos aînés*, Fauves Editions, 2021.

SINGER Christiane, *Derniers fragments d'un long voyage*, Éditions Albin Michel, 2007.

PROULX Jean, *Grandir en humanité (préface de Frédéric Lenoir)*, FiDES, 2018.

CYR Claude et De MONTIGNY Johanne, *Ce vif de la vie qui jamais ne meurt*, Éditions Novalis, 2017.

### En ligne

Maison Monbourquette, *Ressources - Aide et Soutien – Deuil*, <https://bit.ly/monbourquette-ressources>

LUGAN Fanchette, *Témoignage : Écoute et impuissance, un duo inséparable*, dans *Jusqu'à la mort accompagner la vie*, 2018/2 (N° 133), p. 27 à 30, <https://bit.ly/ecoute-impuissance>

De MONTIGNY Johanne, *On ne mourra pas d'en parler*, [Film] <https://bit.ly/film-de-montigny>