



ÉDITION
2024

SOINS DE FIN DE VIE

ET SOINS PALLIATIFS

DE L'INFORMATION EN SANTÉ DE QUALITÉ SÉLECTIONNÉE PAR VOS BIBLIOTHÈQUES

 **Biblio-
Santé**



Bien s'informer, mieux vivre.

À PROPOS

Biblio-Santé est un programme de l'Association des bibliothèques publiques du Québec, qui regroupe les bibliothèques publiques québécoises. L'ABPQ est constituée de 182 municipalités et corporations membres, pour un total de 320 bibliothèques autonomes. Biblio-Santé est disponible dans plus de 600 bibliothèques publiques et de santé partout au Québec. Pour vérifier si votre bibliothèque participe au programme, consultez notre site Web.

REMERCIEMENTS

Biblio-Santé est une initiative des bibliothèques de Charlemagne, L'Assomption et Repentigny qui a d'abord vu le jour sous le nom de Biblio-Aidants. L'Association des bibliothèques publiques du Québec tient à remercier ces trois villes de lui avoir permis d'étendre le programme au reste du Québec en cédant leurs droits d'auteur.

COORDINATION – ASSOCIATION DES BIBLIOTHÈQUES PUBLIQUES DU QUÉBEC

Clémence Tremblay-Lebeau, chargée de projet

RECHERCHE BIBLIOGRAPHIQUE

Valérie Kempa, bibliothécaire contractuelle

RÉVISION DE CONTENU ET LINGUISTIQUE

Isabelle Pépin, bibliothécaire étudiante

Clémence Tremblay-Lebeau, chargée de projet

MISE EN PAGE ET GRAPHISME

Steve Poutré DGA

VISITEZ NOTRE SITE WEB

Vous y trouverez tous les cahiers Biblio-Santé et des informations complémentaires.

bibliosante.ca

Toutes les données informatives suggérées précédemment ne peuvent remplacer un diagnostic ou un examen médical par un médecin ou un professionnel de la santé qualifié. Le contenu de ce cahier a été vérifié à l'hiver 2024 et sera mis à jour annuellement.

Le slogan *Bien s'informer, mieux vivre.*® est enregistré au Registre canadien des droits d'auteur.

© 2024 Association des bibliothèques publiques du Québec
Dépôt légal – Bibliothèques et Archives nationales du Québec, 2024
ISBN 978-2-925272-75-5

Association des bibliothèques publiques du Québec
1453, rue Beaubien Est, bureau 215, Montréal (Québec) H2G 3C6
info@abpq.ca | www.abpq.ca

TABLE DES MATIÈRES

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS	7
Général	7
RESSOURCES WEB	9
Général	10
PORTAILS D'INFORMATION DE SANTÉ	13
BASES DE DONNÉES EN SANTÉ	14
Bases de données en libre accès	14
Bases de données avec accès réservé aux abonnés	15

SUGGESTIONS DE LECTURE

DOCUMENTAIRES	20
Ouvrages généraux	20
Aide médicale à mourir	23
RÉCITS DE VIE, BIOGRAPHIES ET TÉMOIGNAGES	26
ROMANS	32
BANDES DESSINÉES	37
OUVRAGES JEUNESSE	39

SUGGESTIONS DE FILMS, SÉRIES ET ÉMISSIONS

FICTION	41
DOCUMENTAIRES	44
Général	44
Aide médicale à mourir	46

PRENDRE PART À SES SOINS DE SANTÉ

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS	49
Général	49
Information juridique	50
RESSOURCES WEB	53
Général	53
Information juridique	59
SUGGESTIONS DE LECTURE	60

COMMENT SÉLECTIONNONS-NOUS L'INFORMATION ?

Chaque document ajouté aux cahiers Biblio-Santé est évalué avec impartialité, selon les pratiques bibliothéconomiques en vigueur dans les bibliothèques publiques et en s'appuyant sur de nombreux critères généraux de sélection.

D'abord, les cahiers sont développés de manière à répondre prioritairement aux besoins et intérêts des usagers du système de santé ainsi que des proches aidants. Chaque titre est évalué selon la pertinence et la qualité du contenu en regard d'une clientèle grand public, en contexte québécois. À valeur égale, les ouvrages québécois sont toujours favorisés. La crédibilité et la notoriété de l'auteur, du créateur, de l'illustrateur, de l'éditeur ou du producteur sont aussi d'une grande importance. De plus, une attention particulière est portée à l'actualité et la pérennité du sujet ainsi qu'à l'exactitude des informations diffusées.

En ce qui a trait spécifiquement aux documentaires, les ouvrages écrits par des professionnels de la santé (médecins, infirmiers, ergothérapeutes, psychologues, etc.) sont privilégiés. Toutefois, les titres qui s'appuient sur le savoir profane ou expérientiel ne sont pas rejetés d'emblée, surtout lorsque ceux-ci traitent de l'accompagnement d'un proche.

Finalement, chaque cahier est considéré dans sa globalité pour respecter la diversité des sujets couverts et assurer l'équilibre des points de vue exprimés. Pour en savoir plus sur les critères de sélection Biblio-Santé, visitez le bibliosante.ca/criteres



**PROCHES
AIDANTS**

CAHIER PROCHES AIDANTS

Ce cahier est complémentaire à tous les cahiers du programme Biblio-Santé. Il met en valeur les ressources utiles pour soutenir les proches aidants.

AUTRES CAHIERS DISPONIBLES



**AÎNÉS ET
VIEILLISSEMENT**



CANCER



**DÉFICIENCE
INTELLECTUELLE**



DEUIL



DIABÈTE



**DOULEUR
CHRONIQUE**



**INCAPACITÉS
PHYSIQUES**



**MALADIE
D'ALZHEIMER**



**MALADIE
DE PARKINSON**



**MALADIES
DU CŒUR**



**MALADIES
PULMONAIRES**



**SANTÉ
MENTALE**



**SCLÉROSE
EN PLAQUES**



**SOINS DE
FIN DE VIE**



**TROUBLES
DU SPECTRE
DE L'AUTISME**

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS

Général

ASSOCIATION CANADIENNE DE SOINS PALLIATIFS (ACSP)

Téléphone sans frais 1 800 668-2785
Site Web www.acsp.net

Cette association travaille au développement et à la promotion de soins palliatifs de qualité au Canada. Consultez la section « Ressources » du site Web pour avoir accès au *Répertoire canadien des services de soins palliatifs*.

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE SOINS PALLIATIFS (AQPS)

Téléphone 514 826-9400
Site Web www.aqsp.org

L'Association québécoise de soins palliatifs vise à faciliter l'accès à des soins palliatifs de qualité à l'ensemble de la population québécoise. Dans la section « Ressources » du site Web de l'organisme, vous trouverez la liste complète des maisons de soins palliatifs du Québec. Aussi, l'Association produit des bulletins que vous trouverez en ligne dans l'onglet « Bulletins ».

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE POUR LE DROIT DE MOURIR DANS LA DIGNITÉ (AQDMD)

Téléphone 514 341-4017
Site Web www.aqdmd.org

L'AQDMD a pour mission de faire reconnaître l'autonomie pour chaque personne majeure apte et ayant rédigé ses directives médicales anticipées afin d'avoir une fin de vie conforme à ses valeurs de dignité et de liberté. Vous trouverez de la documentation ainsi que le formulaire de Demande d'aide à mourir sur le site Web.

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS

Téléphone sans frais
(Service Info-Aidant) 1 855 852-7784
Site Web www.lappui.org

Présent dans chacune des 17 régions du Québec, l'Appui travaille étroitement avec les organismes locaux pour élargir l'offre de services disponibles pour les proches aidants. Sa mission : contribuer à améliorer leur qualité de vie ! L'Appui, c'est aussi Info-aidant, un service confidentiel et gratuit disponible au 1 855 852-7784 ou à info-aidant@lappui.org. Des conseillers spécialisés sont là pour vous écouter, vous informer et vous orienter vers les ressources disponibles près de chez vous et adaptées à vos besoins. Le site Web de l'Appui propose également une foule de renseignements, de conseils et de ressources pour les proches aidants et leur entourage. Vous y retrouverez notamment un répertoire dans lequel vous pourrez rechercher des ressources (répit, transport, aide à domicile, etc.) selon vos besoins et votre région.

MOUVEMENT ALBATROS DU QUÉBEC

Téléphone 819 375-8533
Téléphone sans frais 1 866 375-8533
Site Web www.mouvementalbatros.org

Les groupes Albatros accompagnent les personnes atteintes d'une maladie grave dès l'annonce de leur diagnostic et jusqu'au dernier stade de leur vie. Ils soutiennent également leurs proches. L'aide est offerte par des bénévoles formés qui se déplacent à domicile, à l'hôpital, en centre d'hébergement et en résidence. Les 15 groupes Albatros du Québec offrent des services selon leurs ressources.

PROCHE AIDANCE QUÉBEC

Téléphone 514 524-1959
Site Web <https://procheaidance.quebec/>

Proche aideance Québec regroupe regroupe 124 organismes communautaires dont la mission est d'améliorer les conditions de vie des proches aidants. Vous trouverez la liste complète des organismes par région sur le site Web de Proche aideance.

RESSOURCES WEB

Quelques pistes pour développer une lecture critique de l'information repérée sur le Web

LE OU LES AUTEURS DE LA SOURCE D'INFORMATION

- Qui a créé le site repéré ?
- Est-il possible d'obtenir de l'information sur l'auteur ou sur le propriétaire du site ?
- S'agit-il d'un site gouvernemental, universitaire ou d'un organisme reconnu ?

LA QUALITÉ DE LA SOURCE D'INFORMATION

- Quel est l'objectif poursuivi (informer ou vendre) ?
- Est-ce que les sources sont citées ?
- Existe-t-il des liens vers des sources similaires (pour vérifier l'exactitude et l'objectivité de l'information) ?
- Quelle est la fréquence de mise à jour de l'information ?

Gardez l'œil ouvert ! L'information se partage très vite, et les fausses nouvelles aussi. Il ne faut pas toujours se fier au contenu partagé en ligne, surtout sur les réseaux sociaux. Vous risquez d'y trouver des articles où l'information est fautive ou exagérée. Il est donc important de vérifier la qualité d'une information avant de la croire et de la partager.

Général

AGENCE DE LA SANTÉ PUBLIQUE DU CANADA – SOINS PALLIATIFS: INFO AÎNÉS

www.publications.gc.ca/collections/Collection/H30-11-8-1F.pdf

Page d'information sur ce que sont les soins palliatifs au Canada.

ALLIANCE DES MAISONS DE SOINS PALLIATIFS DU QUÉBEC - LES MAISONS

www.alliancemspq.com/maisons

Vous trouverez sur cette page Web de l'Alliance toutes les maisons de soins palliatifs qui en sont membres ainsi qu'un lien vers leur site Web.

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE POUR LE DROIT DE MOURIR DANS LA DIGNITÉ – FOIRE AUX QUESTIONS SUR L'AIDE MÉDICALE À MOURIR

<https://aqdmd.org/faq/>

Cette page Web rassemble les réponses aux questions les plus fréquemment posées concernant l'aide médicale à mourir, dont sur le processus administratif et sur les démarches d'une demande.

COMMISSION DE L'ÉTHIQUE EN SCIENCE ET EN TECHNOLOGIE – MOURIR DANS LA DIGNITÉ

<https://www.ethique.gouv.qc.ca/fr/publications/mourir-dans-la-dignite-des-precisions-sur-les-termes-et-quelques-enjeux-ethiques/>

Mourir dans la dignité constitue un sujet sensible. La mort est inévitable et, lorsqu'elle survient, tous souhaitent qu'elle se déroule dans les meilleures conditions et avec un minimum de souffrances. Cette page regroupe des publications sur les soins palliatifs et l'aide médicale à mourir.

GOVERNEMENT DU CANADA – SOINS EN FIN DE VIE

<http://canadiensensante.gc.ca/health-system-systeme-sante/services/end-life-care-soins-fin-vie/index-fra.php>

À propos des soins en fin de vie, y compris les soins palliatifs et l'aide médicale à mourir.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC

Aide médicale à mourir

www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/soins-de-fin-de-vie/aide-medicale-a-mourir/demarche/

Les démarches pour demander l'aide médicale à mourir sont expliquées sur cette page Web.

Loi concernant les soins de fin de vie

www.soinsdefindevie.gouv.qc.ca

La *Loi concernant les soins de fin de vie* a été adoptée et sanctionnée en juin 2014. Les dispositions de cette loi sont présentées sur cette page Web.

LA PLANIFICATION PRÉALABLE DES SOINS AU CANADA

www.planificationprealable.ca

L'Association canadienne des soins palliatifs a créé ce site Web pour aider les Canadiens à planifier leurs soins de fin de vie. Vous y trouverez les outils nécessaires pour préparer un plan préalable de soins.

PORTAIL CANADIEN EN SOINS PALLIATIFS

www.virtualhospice.ca/fr_CA/Main+Site+Navigation/Home.aspx

Site créé par des professionnels de la santé qui offrent des réponses d'experts en soins palliatifs et une sélection de ressources sur le sujet. Le public cible est constitué tant des patients et des membres de leur famille que des chercheurs et de ceux qui donnent ces soins.

REVENU QUÉBEC – CRÉDITS D'IMPÔT

Ce site fournit de l'information à propos de divers crédits d'impôts ainsi que de soutien financier.

Crédit d'impôt pour frais médicaux

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-frais-medicaux/>

Crédit d'impôt pour personne aidante

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-personne-aidante/>

Crédits d'impôt relatifs à la prime au travail

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credits-dimpot-relatifs-a-la-prime-au-travail/>

Montant pour déficience grave et prolongée des fonctions mentales ou physiques

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/montant-pour-deficience-grave-et-prolongee-des-fonctions-mentales-ou-physiques/>

Personne handicapée

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/votre-situation/personne-handicapee/>

UNIVERSITÉ MCGILL – CONSEIL DES SOINS PALLIATIFS

www.mcgill.ca/council-on-palliative-care/fr/aide-aux-patients-et-aux-familles

Le Conseil des soins palliatifs est un organisme à but non lucratif composé de bénévoles qui se consacrent à sensibiliser le public aux soins palliatifs et à accroître le soutien du public afin d'en améliorer l'accès au sein et au-delà du réseau de l'Université McGill. La section « Aide aux patients et aux familles » offre des informations claires et concises sur les soins palliatifs.

PORTAILS D'INFORMATION DE SANTÉ

Des sources qui offrent de l'information fiable et de qualité sur la santé et les saines habitudes de vie.

GOVERNEMENT DU CANADA – SANTÉ

www.canada.ca/fr/services/sante.html

Présente de l'information fiable et facile à comprendre sur la santé et la sécurité à l'intention des Canadiens.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – SANTÉ

www.quebec.ca/sante/

Propose une information simple, pratique et fiable pour aider à faire face à un problème de santé et à mieux utiliser les services de santé québécois.

MEDLINEPLUS

<https://medlineplus.gov>

MedlinePlus est un réseau qui fait autorité, offrant de l'information détaillée associée à une multitude de problématiques en santé, produit par la National Library of Medicine (Maryland, États-Unis). Bien que l'interface d'interrogation soit en anglais, il est possible de dénicher de l'information dans d'autres langues, notamment le français (<https://medlineplus.gov/languages/french.html>).

PASSEPORTSANTÉ.NET

www.passeportsante.net

PasseportSanté.net offre au grand public une information factuelle pratique et objective sur la prévention de la maladie et l'acquisition de saines habitudes de vie. Avec la collaboration d'experts œuvrant dans le domaine, ce site francophone offre un contenu de qualité.

BASES DE DONNÉES EN SANTÉ

Bases de données en libre accès

Voici une sélection de ressources à consulter pour vous aider à trouver de la documentation pertinente. **Les bases de données ci-dessous sont accessibles gratuitement et sans abonnement.**

CISMEF

www.cismef.org/cismef/

Le Catalogue et Index des Sites Médicaux de langue Française (CISMeF) est un projet initié par le Centre Hospitalier Universitaire de Rouen en France. Il rend accessibles des ressources francophones provenant de plusieurs pays relativement à la médecine factuelle et à une information incontournable en santé destinée aux patients et au grand public.

LISSA

www.lissa.fr

LiSSa est une base de données de littérature scientifique en santé développée par l'équipe du CHU de Rouen à l'origine de CISMeF. Elle comprend plus de 800 000 références. Plus de 80 000 résumés en français sont également proposés.

PUBMED CENTRAL

www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc

PubMed Central (PMC) est un dépôt numérique d'articles scientifiques du domaine de la santé qui ont été soumis au processus d'évaluation par les pairs (activité collective des chercheurs qui jugent de façon critique les travaux d'autres chercheurs). Les articles sont libres d'accès. L'interface est en anglais, mais il est possible de repérer des articles rédigés en français.

SANTÉCOM

<http://catalogue.santecom.qc.ca>

Le Réseau Santécom rassemble les collections documentaires de 42 bibliothèques spécialisées dans le domaine de la santé et des services sociaux, ainsi que les publications de plus de 50 organismes et groupes de recherche québécois. Santécom est géré par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) et par l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS).

Bases de données avec accès réservé aux abonnés

Vous cherchez à approfondir votre recherche d'information en santé? Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BAnQ) permet la consultation à distance de plusieurs bases de données en santé. Nous avons sélectionné celles qui s'adressent à un large public. Notez que certaines ressources sont en anglais uniquement. La langue de l'interface et la langue du contenu de la ressource sont identifiées à la fin de chaque descriptif.

Pour accéder aux bases de données de BAnQ, vous devez être abonné aux services à distance. Pour vous abonner : www.banq.qc.ca/formulaires/abonnement

Pour consulter les ressources à votre disposition sur BAnQ numérique, connectez-vous d'abord à votre dossier en utilisant votre numéro d'abonné et votre mot de passe de la bibliothèque.

Des guides et une sélection des ressources essentielles sont disponibles pour vous accompagner dans vos premiers pas sur la plateforme : <http://numerique.banq.qc.ca/apropos/debuter.html>

E-CPS (COMPENDIUM DES PRODUITS ET SPÉCIALITÉS PHARMACEUTIQUES EN LIGNE)

<http://numerique.banq.qc.ca/ressources/details/6020>

Cette base de données permet de consulter plus de 2 000 monographies de médicaments, de vaccins et de produits naturels offerts au Canada. On y trouve des renseignements tels que les indications, les contre-indications, les mises en garde, les effets indésirables, les interactions médicamenteuses et la posologie. Cette ressource comprend également des répertoires (centres antipoison, organismes de santé, fabricants), un outil d'identification des produits et des glossaires. Ressource bilingue.

EM PREMIUM (EMC-CONSULT)

<http://numerique.banq.qc.ca/ressources/details/5297>

Base de données en texte intégral contenant l'ensemble des traités de *L'Encyclopédie médico-chirurgicale* sur les différentes spécialités médicales ainsi que des revues du domaine de la santé. Les traités et les titres des revues médicales disponibles sont identifiés par un carré vert. Interface et contenu en français.

SUGGESTIONS DE LECTURE

VOTRE BIBLIOTHÈQUE NE
POSSÈDE PAS LE LIVRE QUE
VOUS AIMERIEZ CONSULTER ?

INFORMEZ-VOUS SUR LE SERVICE DE
PRÊT ENTRE BIBLIOTHÈQUES.
VOTRE BIBLIOTHÈQUE POURRAIT AINSI
OBTENIR POUR VOUS LE DOCUMENT
DÉSIRÉ D'UNE AUTRE BIBLIOTHÈQUE.

Des livres offerts en différents formats

Saviez-vous que vous pouviez emprunter gratuitement des livres en différents formats dans vos bibliothèques ?



LIVRES GRANDS CARACTÈRES

Les livres en grands caractères sont conçus pour optimiser le confort de lecture pour les malvoyants, les malades, les personnes souffrant de fatigue oculaire et les jeunes dyslexiques. Vous en retrouverez un grand nombre dans les bibliothèques publique.



LIVRES SONORES ET AUDIONUMÉRIQUES

Les livres sonores et audionumériques sont des enregistrements vocaux du texte d'un livre faits par un narrateur. Ces livres sont lus par des interprètes reconnus. Ils sont recommandés autant aux lecteurs débutants qu'aux personnes souffrant de déficience visuelle.

Les **livres sonores** sont enregistrés sur CD ou sur CD MP3 et se trouvent sur les rayonnages des bibliothèques qui en offrent.

Les **livres audionumériques** sont disponibles sur la plateforme prenumerique.ca. Leur écoute peut s'effectuer sur l'ensemble des appareils utilisant une version récente d'un navigateur web et une connexion Internet fiable. Cela ne nécessite pas l'installation d'une application de lecture.



LIVRES NUMÉRIQUES

Des livres numériques sont disponibles via la plateforme prenumerique.ca.

Vous trouverez sur le site prenumerique.ca des bibliothèques participant au programme Biblio-Santé la **collection Biblio-Santé numérique**. Chaque livre suggéré dans les cahiers qui est disponible en format numérique est identifié par la mention suivante :

 [Aussi disponible sur Prenumerique](https://prenumerique.ca)

Ces livres numériques sont chronodégradables, c'est-à-dire qu'ils se désactivent automatiquement à la fin de la période de prêt. Les livres téléchargés pourront être lus sur différents appareils : liseuses, tablettes, ordinateurs, téléphones intelligents, etc. Le service est accessible en tout temps et en tout lieu, du moment qu'on a accès à une connexion Internet.

[Prenumerique.ca](https://prenumerique.ca) vous propose également une application de lecture gratuite dédiée, disponible en format iOS (Apple) et Android. Celle-ci vous permet de consulter le catalogue numérique de vos bibliothèques ainsi que d'emprunter, réserver et lire facilement vos livres numériques et vos livres audionumériques à même l'application.

Votre appareil de lecture vous donne accès à des fonctionnalités pour favoriser l'accessibilité de celui-ci et faciliter votre lecture.

Pour de l'aide pour emprunter un livre numérique, visitez la page [Aide en ligne Prêt Numérique](#).

*L'offre des livres en différents formats varie d'une bibliothèque à l'autre.

Informez-vous pour connaître l'offre de votre bibliothèque !

DOCUMENTAIRES

Ouvrages généraux

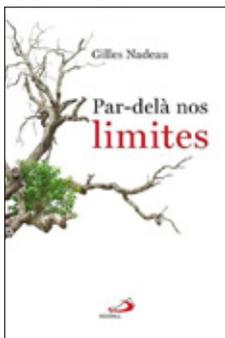
**PARLER DE LA MORT NE NOUS TUERA PAS : UN GUIDE DE SURVIE À L'INÉVITABLE**

Kathy Kortés-Miller. Montréal : Québec Amérique, 2021, 230 p.

Ce livre se veut la première étape essentielle de votre formation à la mort ! S'il existe aujourd'hui bien des avenues à explorer et des motifs pour tenter de prévenir la mort et l'agonie qui la précède, ce livre admet néanmoins qu'il vient toujours un moment où la science et la médecine n'y parviennent plus. Cet ouvrage vous aidera à réfléchir à ces concepts de manière proactive, lucide et, surtout, avec humour et compassion.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

**PAR-DELÀ NOS LIMITES**

Gilles Nadeau. Montréal : Médiaspaul, 2021, 209 p.

Qui de nous n'a jamais frappé un mur ? Échec, deuil, maladie ou fragilité intime, il s'imposait à nous, immuable. Afin de nous aider à surmonter nos propres moments d'impasse, ce livre propose une série de réflexions autour de paroles prononcées par des femmes placées devant l'ultime limite, celle de leur mort prochaine. En s'adaptant face à l'inéluctable, elles découvrent peu à peu l'occasion d'une authenticité et d'une profondeur nouvelles et font l'expérience d'un surcroît de vie.

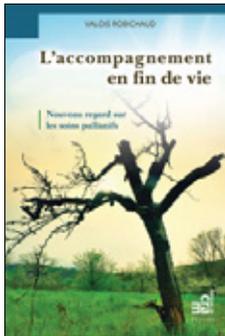


Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

**ACCOMPAGNER UNE PERSONNE EN FIN DE VIE**

Annick Danielle Bruyneel. Paris : Éditions Eyrolles, 2020, 191 p.

L'auteure, psychologue hospitalière, donne des conseils pour permettre à chacun de trouver sa place d'aidant auprès d'un malade. De l'entrée en soins palliatifs à la phase terminale, elle répond à l'ensemble des problématiques émotionnelles et relationnelles et propose des outils de dialogue pour faire le lien avec les professionnels de santé.



L'ACCOMPAGNEMENT EN FIN DE VIE: NOUVEAU REGARD SUR LES SOINS PALLIATIFS

Valois Robichaud. Montréal: CRAM, 2018, 136 p.

Comment donner à la personne en fin de vie sa dernière chance de vivre dans la dignité en agissant selon ses besoins et sa réalité spirituelle? C'est la question que se pose Valois Robichaud dans cet ouvrage.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



SOINS PALLIATIFS: ACCOMPAGNER POUR VIVRE

Jean-Marc Barreau. Paris; Montréal: Médiaspaul, 2017, 282 p.

Une réflexion spirituelle et humaniste sur l'accompagnement en fin de vie invitant à considérer cette pratique dans une vision globale de la personne. Avec des témoignages de patients, de proches et d'accompagnateurs.



ACCOMPAGNER UN PROCHE EN FIN DE VIE: SAVOIR L'ÉCOUTER, LE COMPRENDRE ET COMMUNIQUER AVEC LES MÉDECINS

Christophe Fauré et Stéphane Allix. Paris: Albin Michel, 2016, 200 p.

Sur la base de témoignages réels, un guide de fin de vie pour ceux qui voient venir leur fin et ceux qui voient venir la séparation définitive, afin que les premiers meurent en paix et que les seconds soient apaisés sans être détruits par le deuil.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



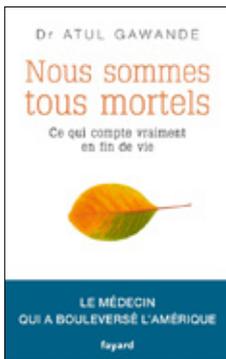
ACCOMPAGNER... : GUIDE ESSENTIEL POUR UNE PRÉSENCE EN FIN DE VIE

Hélène Giroux. Québec : Le Dauphin blanc, 2016, 196 p.

Que ce soit pour des questions pratiques, comme les avantages et les inconvénients du lieu où sera vécue la fin de vie, ou des aspects psychologiques et spirituels entourant cette étape, l'auteure nous offre toutes les informations pour faire des choix éclairés et les bonnes actions afin de faciliter la transition de la personne en fin de vie. L'auteure, Hélène Giroux, accompagne les mourants à domicile, à l'hôpital et en centre d'hébergement depuis maintenant 9 ans.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



NOUS SOMMES TOUS MORTELS : CE QUI COMPTE VRAIMENT EN FIN DE VIE

Atul Gawande. Paris : Fayard, 2015, 394 p.

Plaidoyer pour une médecine à l'écoute de ses patients en fin de vie afin de ne pas vivre la mort comme un échec, mais comme l'aboutissement dans l'autonomie et la dignité d'une vie riche de sens.



VIVANTS JUSQU'À LA MORT : ACCOMPAGNER LA SOUFFRANCE SPIRITUELLE EN FIN DE VIE

Tanguy Châtel. Paris : Albin Michel, 2013, 264 p.

Les acteurs de l'accompagnement des personnes en fin de vie s'interrogent sur les différents types de souffrance auxquels ils ont à faire face. Un domaine est resté pratiquement vierge, celui de la souffrance spirituelle, provoquée par des interrogations sur le sens de la vie et de la mort.



LA FIN DE VIE, UNE AVENTURE : GUIDE À L'INTENTION DES PERSONNES ATTEINTES D'UNE MALADIE INCURABLE ET DE LEURS PROCHES

Lydia Müller. Paris : Dervy, 2012, 483 p.

À destination des personnes atteintes d'une maladie incurable et de leurs proches, ce guide présente sept étapes pour vivre au mieux les derniers moments de la vie.



LE TEMPS PRÉCIEUX DE LA FIN

Jean Monbourquette et Denise Lussier-Russel. Montréal : Novalis, 2011, 243 p.

La démarche proposée tient compte des principaux besoins de la personne en fin de vie afin de lui permettre de planifier son «départ» dans les meilleures conditions. Celle-ci pourra ainsi poursuivre sa croissance humaine et spirituelle, affiner ses convictions religieuses, achever les projets commencés, faire ses réconciliations et ses adieux, laisser un testament et réussir à bien vivre la fin de sa vie et sa propre mort.



QUAND L'ÉPREUVE DEVIENT VIE

Johanne de Montigny. Montréal : Médiaspaul, 2010, 300 p.

Dans un langage profondément humain, l'auteure, qui travaille en soins palliatifs, répond aux questions les plus fréquemment posées par les malades, les mourants et leurs proches.

Aide médicale à mourir



FIN DE VIE : PEUT-ON CHOISIR SA MORT ?

Jean-Marie Gomas et Pascale Favre. Paris : Artège, 2022, 251 p.

Les auteurs questionnent les croyances ainsi que les peurs attachées à la fin de vie et apportent leur réponse au débat sur l'euthanasie à partir de leur expérience de praticien. Ils détaillent les éléments éthiques et médicaux nécessaires à la compréhension des enjeux de la mort provoquée.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



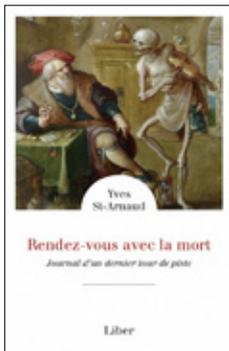
L'AIDE MÉDICALE À BIEN MOURIR : LES GRANDS ENJEUX

Jean Desclos. Montréal : Médiaspaul, 2020, 326 p.

Pour plusieurs, le geste de l'aide médicale à mourir demeure suspect aux plans éthique et religieux. D'où l'importance d'en approfondir les grands enjeux, en réfléchissant positivement sur la souffrance et la mort humaines : elles sont toujours une expérience tout à fait personnelle, singulière, unique. Elles nous invitent à examiner avec ouverture d'esprit le défi que pose la misère incontrôlable de personnes en attente de compassion. Ce livre est une invitation à dépasser un regard uniquement négatif sur la mort et à accueillir son ultime appel.



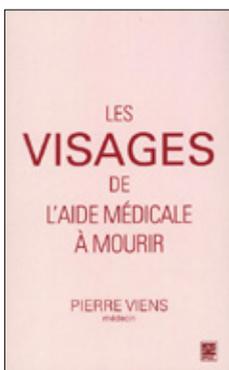
Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



RENDEZ-VOUS AVEC LA MORT : JOURNAL D'UN DERNIER TOUR DE PISTE

Yves St-Arnaud. Montréal : Liber, 2020, 150 p.

Après un rendez-vous manqué avec la mort, un homme entreprend un dernier tour de piste pour informer ses proches qu'il veut mettre fin à ses jours. Ses rencontres l'amènent à réfléchir aux répercussions sociales d'un tel geste. Il rédige un journal dans lequel on trouve un condensé des débats de société sur le suicide et l'euthanasie. Pendant qu'il poursuit sa route vers un deuxième rendez-vous avec la mort, dont il a fixé la date, il se heurte à une société dont le message est qu'il faut vivre à tout prix. Cet essai traite la question délicate du choix de mourir avec beaucoup de sensibilité et d'humanité, autant que d'originalité.



LES VISAGES DE L'AIDE MÉDICALE À MOURIR

Pierre Viens. Québec : Presses de l'Université Laval, 2017, 157 p.

Qui sont ces personnes qui demandent l'aide médicale à mourir plutôt que de vivre dans les souffrances intolérables ou l'indignité? Comment leurs familles et les intervenants vivent-ils cette expérience? La Loi concernant les soins de fin de vie a introduit un nouveau paradigme en santé. Pierre Viens, médecin de famille, en présente les principales caractéristiques.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LA MORT MÉDICALE, EST-CE HUMAIN ?

Hubert Doucet. Montréal : Médiaspaul, 2015, 110 p.

La question du « bien mourir » dans les sociétés modernes déborde de beaucoup celle de l'euthanasie. Pour l'éthicien Hubert Doucet, les vifs débats en cours dans le monde sur le droit à la mort pourraient même être l'arbre qui cache la forêt. Ancrant sa réflexion dans les récents développements au Canada et en France, l'auteur nous convie à la solidarité devant un horizon commun à humaniser.

RÉCITS DE VIE, BIOGRAPHIES ET TÉMOIGNAGES



METTRE LA MORT À L'AGENDA : RÉCITS DE FIN DE VIE

Antoine Bédard. Montréal : Atelier 10, 2023, 79 p.

Un peu moins d'un an après la prise d'effet de la Loi concernant les soins de fin de vie, Denis Bédard, médecin en soins palliatifs, meurt dans son salon entouré de ses proches. On vient de lui administrer l'aide médicale à mourir. Comment celui qui croyait dur comme fer en la capacité de la médecine à assurer une mort sans souffrance, et qui a lui-même accompagné des centaines de malades vers leur dernier repos, en est-il venu à opter pour l'euthanasie ?

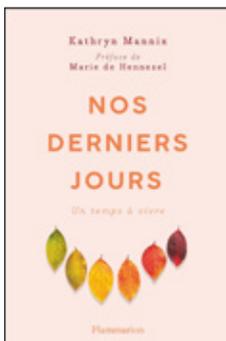


MOURIR EN ÉTÉ

Zsuzsa Bánk. Paris : Rivages, 2022, 300 p.

L'écrivaine relate le dernier été passé auprès de son père mourant, évoquant la beauté de leur relation, la maladie et la douleur provoquée par sa disparition.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



NOS DERNIERS JOURS : UN TEMPS À VIVRE

Kathryn Mannix. Paris : Flammarion, 2022, 318 p.

A la croisée du témoignage et de la méditation, cet essai porte sur l'acceptation de la mort. L'auteure, spécialisée dans les soins palliatifs, raconte la fin de vie en partageant son expérience professionnelle et ses connaissances scientifiques.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



COMME LE SOUFFLE D'UNE PLUME : DÉLICATEMENT, ACCOMPAGNER LA VIE DE CEUX QUI VONT LA PERDRE

Philippe Mercier. Montréal : Médiaspaul, 2022, 178 p.

A travers son témoignage, l'auteur remet en perspective les valeurs qui constituent les fondements de l'accompagnement des patients en fin de vie : la dignité et le respect de la vie jusqu'au bout. Il explique qu'être accompagnateur ne s'improvise pas, que celui qui s'engage dans cette démarche doit être en mesure de se questionner sur ses motivations profondes.



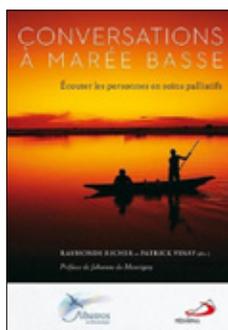
L'AIDE MÉDICALE À MOURIR, UNE QUESTION VITALE : PERSPECTIVES SUR CETTE ULTIME HUMANITÉ PARTAGÉE

Normand Cazalais. Montréal : XYZ, 2021, 149 p.

Cet essai savamment construit offre plusieurs perspectives intéressantes qui orienteront le débat actuel en nous invitant à nous pencher dès maintenant sur ces questions complexes qui deviendront incontournables dans les années à venir.



[Aussi disponible sur Pretnumerique](#)



CONVERSATIONS À MARÉE BASSE : ÉCOUTER LES PERSONNES EN SOINS PALLIATIFS

Raymonde Richer, sous la direction de Patrick Vinay. Montréal : Médiaspaul, 2021, 211 p.

La personne en soins palliatifs entre dans une nouvelle réalité pleine de fragilités et son paysage familial change rapidement. Elle est déroutée, envahie de nouvelles questions sur elle-même et sur sa vie. Dans ce contexte, les rencontres deviennent pour elle une occasion précieuse de s'exprimer en profondeur et de renouer avec l'essentiel. Pour favoriser ces expériences, le bénévole veut offrir une écoute et une réponse tout en finesse. C'est pourquoi ce livre propose aux soignants et bénévoles) une série de dialogues suivis d'une relecture qui permet de mieux en saisir la portée, parfois au-delà des mots.



[Aussi disponible sur Pretnumerique](#)



SI MON FILS NE VEUT PLUS VIVRE...

Fabienne Gauclin avec Serge Herbin sous la direction de Frédéric Veille.

Bernay : City, 2019, 254 p.

En novembre 2015, Giani, le fils de l'auteure, est poignardé. La blessure provoque un AVC qui le laisse à 95 % handicapé, incapable de marcher, de manger et de respirer normalement. Elle relate son quotidien, durant trois ans, entre son combat avec la justice et les journées à l'hôpital, jusqu'à ce qu'elle obtienne l'autorisation de mettre fin aux souffrances de son fils.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



TATOUÉE SUR LE CŒUR

Francine Laplante. Montréal : les Éditions de l'Homme, 2019, 220 p.

Février 1998. Francine Laplante voit sa vie changer à jamais lorsque son fils François-Karl, alors âgé de 5 ans, reçoit le diagnostic d'un cancer virulent. Sous le choc, elle fait la promesse de consacrer sa vie à aider les petits malades si son garçon recouvre la santé. Depuis, elle accompagne des enfants et de jeunes adultes en soins palliatifs. Chaque fois, elle constate que le cancer ne discrimine personne.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

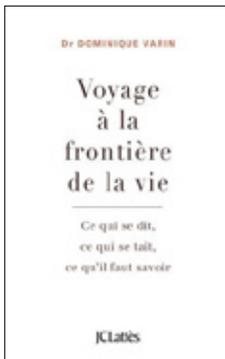


14 H 59

Valérie Guibbaud. Montréal : Libre expression, 2018, 141 p.

Le matin du 9 mai 2017, Valérie rend visite à son papa à l'hôpital. Son état de santé s'est détérioré depuis les dernières semaines, impossible de contrôler sa grave maladie pulmonaire. Il avait déjà vaguement mentionné l'aide médicale à mourir. À 10 h 35, ce matin-là, il annonce à ses proches qu'il va partir l'après-midi même.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



VOYAGE À LA FRONTIÈRE DE LA VIE : CE QUI SE DIT, CE QUI SE TAIT, CE QU'IL FAUT SAVOIR

Dominique Varin. Paris : JC Lattès, 2018, 301 p.

Dans cet ouvrage nourri de témoignages de patients et de leurs proches, mais également de points plus théoriques, l'auteur, spécialisé dans les soins palliatifs, partage son expérience et son regard sur la fin de vie.



TOUTE FIN EST UNE HISTOIRE

Véronique Comolet. Paris : Équateurs, 2017, 206 p.

L'auteure témoigne de son bénévolat en soins palliatifs, évoquant la fin de vie des êtres qu'elle accompagne. Elle relate ses rencontres avec les malades et leurs proches non sans un certain humour porteur d'espoir.



CE VIF DE LA VIE QUI JAMAIS NE MEURT

Johanne de Montigny et Claude Cyr. Montréal : Novalis, 2017, 296 p.

Elle a survécu à un écrasement d'avion, puis est devenue psychologue auprès des personnes en phase terminale et de leurs proches. Quant à lui, il pratique la pédiatrie, et sa clientèle est bien particulière : il accompagne des enfants en fin de vie. Tous les deux ont côtoyé la mort de près pendant des décennies. Mais dans leur correspondance, ils témoignent de tous ces moments, nombreux et sans prix, ou la vie humaine, assiégée, révèle son côté le plus lumineux.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



L'INSOUTENABLE LÉGERETÉ DE MOURIR: LE RÉCIT TOUCHANT D'UNE AMITIÉ ÉTERNELLE

France Gauthier. Montréal : Éditions La Semaine, 2017, 187 p.

L'auteure et conférencière France Gauthier raconte les trois dernières semaines de vie de son amie et « jumelle d'âme » Anne-Marie Séguin, qu'elle a accompagnée dans son chemin vers le grand passage. Le récit aborde la mort (et la vie ?!), sans peur ni tabou, afin d'inspirer ceux qui tiennent la main d'un être cher qui s'apprête à traverser le voile.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LA SAGESSE AU FIL D'ARRIVÉE: LEÇONS ET TÉMOIGNAGES DE FIN DE VIE

Line Asselin. Montréal : Les Éditions Québec-Livres, 2015, 153 p.

Dans ce livre, dix personnes ont choisi de renaître avant de mourir en témoignant de ce qu'elles vivent et ressentent à la veille de leur grand départ. L'auteure relate leur démarche et nous présente leurs réflexions sur la vie, la mort, l'amour...



MÉMOIRES DE VIE, MÉMOIRES D'ÉTERNITÉ

Elisabeth Kübler-Ross. Paris : Pocket, 2013, 366 p.

Elisabeth Kübler-Ross, médecin, a transformé, par son action dans l'accompagnement de nombreux mourants, la façon dont le monde percevait la mort et les derniers instants de la vie. À soixante-dix ans, elle raconte son itinéraire intellectuel et spirituel, et dévoile sa vérité : la mort n'existe pas.



NEUF MOIS POUR MOURIR: RÉCIT D'UN ACCOMPAGNEMENT

Sophia Ducceschi. Paris : L'Harmattan, 2011, 128 p.

Le récit de la disparition d'une malade atteinte d'un lymphome, de l'annonce de la maladie jusqu'aux soins palliatifs.



LA MORT ACCOMPAGNÉE : LA RELATION HUMAINE, CLÉ DES SOINS PALLIATIFS

Isabelle Millioud. Saint-Maurice : Saint-Augustin, 2011, 133 p.

L'auteure, infirmière, témoigne de son vécu d'accompagnement dans la mort. Elle tente de retranscrire le ressenti des personnes ayant vécu l'accompagnement en soins palliatifs et le décès à domicile d'un proche avant de conduire une réflexion autour de la personne humaine confrontée à la mort. Elle plaide ainsi pour une fin de vie dans le respect et la dignité.



LA ROUTE DU DEUIL : ACCOMPAGNER, PERDRE ET REVIVRE

Denis Plamondon. Chicoutimi : JCL, 2009, 187 p.

Ce livre traite de l'accompagnement d'un proche dans la mort, du deuil qui s'ensuit, mais aussi de la sortie du deuil.

ROMANS



SA BELLE MORT

Sarah Desrosiers. Montréal : Hamac, 2023, 306 p.

À la fin de l'été, Françoise Lane évoque devant ses enfants l'idée d'avoir recours à l'aide médicale à mourir. Saisie par l'urgence, sa petite-fille décide de reprendre avec sa grand-mère une relation qu'elle avait laissée s'étioler avec les années. Jour après jour, elle observe un quotidien monotone et fait l'expérience de la beauté et de l'absurdité d'une fin de vie qui s'éternise.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



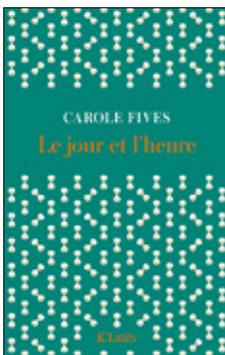
LA FAISEUSE D'ÉTOILES

Mélissa Da Costa. Paris : Le Livre de poche, 2023, 180 p.

Un enfant se remémore les derniers instants passés auprès de sa mère malade. Pour atténuer la dure réalité et la tristesse de son fils, cette dernière a imaginé une histoire de mission secrète.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LE JOUR ET L'HEURE

Carole Fives. Paris : JC Latès, 2023, 139 p.

Gravement malade, Edith a choisi de se faire euthanasier en Suisse, dans la ville de Bâle. Ses quatre enfants et son mari l'accompagnent vers sa dernière destination et racontent la manière dont ils traversent cette épreuve, entre leur volonté d'offrir d'ultimes moments de joie et leur détresse face à la perte irréductible de celle qu'ils aiment.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

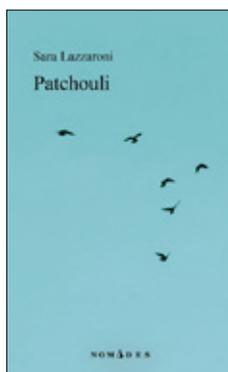


UN CHAT À TROIS PATTES

Camille Islert. Paris : Bernard Grasset, 2023, 232 p.

Alors que sa mère Marianne vit ses dernières heures à l'hôpital, Eva réalise qu'elle ne la connaît pratiquement pas. Elle fouille donc son appartement et trouve un dossier rempli de photos. En découvrant l'histoire de celle qui l'a mise au monde, elle se remémore son propre parcours : ses doutes, sa rencontre du grand amour, son apprentissage féministe, entre autres.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



PATCHOULI

Sara Lazzaroni. Montréal : Leméac, 2023, 119 p.

L'univers est trop petit et trop grand pour Patchouli, qui voudrait tant pouvoir donner un sens à toutes ces choses qui n'en ont pas. Née de parents hippies qui lui faisaient l'école dans un Winnebago bariolé, elle a eu une enfance heureuse, insouciante. Mais aujourd'hui, son père est parti, sa mère se meurt dans une chambre d'hôpital, et Patchouli est seule au monde, seule avec ses souvenirs de voyages et ses peurs.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LE GOÛTER DU LION

Ogawa Ito. Arles : Éditions du Picquier, 2022, 258 p.

Les pensionnaires de la Maison du lion, un centre de soins palliatifs situé sur l'île aux citrons, dans la mer intérieure du Japon, sont invités à quitter ce monde tels des convives rassasiés en choisissant, lors d'un goûter servi le dimanche, le mets qu'ils souhaitent savourer une dernière fois. En ce lieu, ils partagent leurs peurs et leurs petits bonheurs dans l'attente sereine de la mort.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



NOUS SOMMES LES ÉTOILES

Rowan Coleman. Paris : Hauteville, 2021, 381 p.

Infirmière en soins palliatifs, Stella assiste les patients en les aidant à écrire une lettre à la personne de leur choix, qu'elle ne poste qu'après leur décès. Sa rencontre avec Hope, une adolescente atteinte de mucoviscidose, la bouleverse. L'aider à oublier sa maladie lui permet de renouer avec sa joie de vivre qu'elle a perdue depuis que son mari est rentré de guerre gravement blessé.



LE CHOIX DE REVIVRE

Clare Mackintosh. Paris : Le livre de poche, 2021, 475 p.

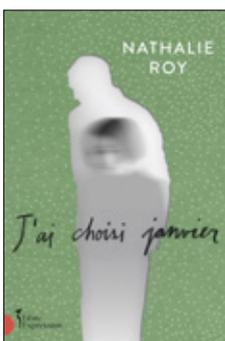
Max et Pip forment un couple solide. Pourtant, face à la maladie incurable de leur jeune fils, ils n'arrivent pas à se mettre d'accord sur la décision à prendre. Les conséquences de ce dilemme pourraient détruire leur ménage.



TELOSPHOBIE

Claude Boulianne. Rouyn-Noranda : Quartz, 2020, 131 p.

La telosphobie est cette angoisse déclenchant chez le sujet un besoin irréprensible de fuite, une envie soudaine de disparaître, de se dérober à la souffrance. Elle se matérialise également dans un désir obsessionnel de vie, même lorsque l'avenir du monde semble condamné. Ce roman invite ses lecteurs sur les terrains glissants que sont le droit à mourir, le droit de procréer ou non et la privatisation du don d'organes.



J'AI CHOISI JANVIER

Nathalie Roy. Montréal : Libre expression, 2020, 285 p.

Cette phrase tourne en boucle dans la tête de Lili. Paul, son pilier, veut recevoir l'aide médicale à mourir. Elle espère qu'on lui refusera ce droit. Toutefois, si elle se fie à son père, il serait admissible et pourrait même partir d'ici quelques semaines. Mais il tient à célébrer un dernier Noël avec elle et sa mère, Françoise. Pour l'instant, Lili est incapable de déterminer si c'est une bonne chose ou non. Autant elle est heureuse à l'idée de passer le plus de temps possible avec son complice de toujours, autant elle se demande si ça ne sera pas trop lourd. Comment fera-t-elle pour vivre avec le spectre de la mort pendant les trois prochains mois ?

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



DE TOUT PETITS CRIS SERRÉS LES UNS CONTRE LES AUTRES

Marie Clark. Montréal : XYZ éditeur, 2019, 228 p.

Si la poésie lui a offert les mots pour habiller la mort, c'est en s'immergeant dans le réel, en « bénévolant » auprès des pensionnaires d'une maison de soins palliatifs, que Julie ressentira dans ses os une voie possible : faire son deuil, c'est mettre son mort quelque part qui ne soit pas partout. Un kaléidoscope de portraits colorés nous donne à voir ces gens qu'elle côtoie pendant un court laps de temps. Car, à l'évidence, quand on arrive à la maison Le Vitrail, on vit très fort, mais plus très longtemps. On vit des jours marquants, d'une grande richesse. Rien n'est en effet plus précieux que ce qui va cesser.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



UNE PRÉSENCE IDÉALE

Eduardo Berti. Paris : Flammarion, 2017, 162 p.

Ils sont médecin, interne, infirmier, brancardier, mais aussi esthéticienne, musicienne ou lectrice bénévole. Leur point commun : ils travaillent dans une unité de soins palliatifs. Un à un, ils prennent la parole pour raconter les patients et les familles qui les ont marqués et décrivent au jour le jour les soins qu'ils apportent aux corps et aux âmes.



LA CHAMBRE NEPTUNE

Bertrand Laverdure. Chicoutimi : La Peuplade, 2016, 218 p.

La chambre Neptune déplie un univers agonique : la longue agonie d'une civilisation et celle, courte, d'une jeune fille de onze ans. Se trace la relation clairvoyante entre Sandrine et son/sa médecin traitant/e, Tirésias. Par la grande maîtrise de son art, Bertrand Laverdure aborde avec humanisme tout ce qui entoure la mort prématurée d'un enfant, les émotions finales, la douleur qui nous invente et nos deuils perpétuels. Ce roman poétique invite à voir et à entendre les notes de la mélodie temporelle, la vie comme une partition.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LES DERNIERS JOURS DE RABBIT HAYES

Anna McPartlin. Paris : Cherche Midi, 2016, 453 p.

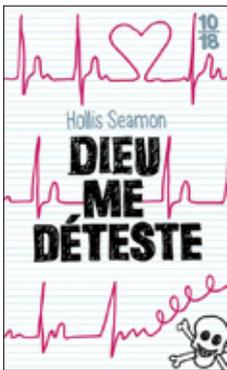
Lorsque Mia, que l'on surnomme Rabbit, entre en maison de repos, elle n'a plus que neuf jours à vivre. Tous ses proches sont à ses côtés pour la soutenir et s'interrogent sur leur vie et la manière dont ils vont se construire sans Mia qui leur apporte tant.



LA TRAHISON DES CORPS

Stéphanie Deslauriers. Montréal : Stanké, 2015, 131 p.

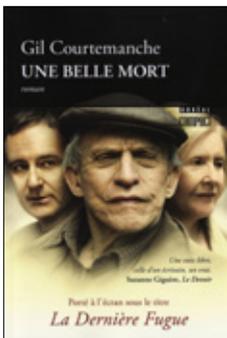
Camille souffre d'un cancer incurable progressant très rapidement. Quelques mois après le diagnostic, elle décide de mourir. Durant sa dernière journée, elle revient sur les événements qui ont fait éclater la famille qu'elle formait avec son mari et sa fille et réfléchit à son émancipation, après avoir longtemps cherché à taire ses différences. Elle redécouvre le début de sa vraie vie, si proche de la fin.



DIEU ME DÉTESTE

Hollis Seamon. Paris : 10/18, 2015, 234 p.

État de New York, hôpital Hilltop. Richard Casey aura bientôt 18 ans. Il voudrait faire la fête, séduire les filles et tomber amoureux, mais il sait qu'il ne fêtera jamais ses 19 ans. Il est plus pressé que les autres et, pour vivre comme il le veut, il lui faut déjouer les pièges de ceux qui préféreraient le voir vivre un peu plus longtemps.



UNE BELLE MORT

Gil Courtemanche. Montréal : Boréal, 2010, 207 p.

Lors d'une réunion de Noël, une famille fait face à l'imminence de la mort. Le grand-père, un homme jadis autoritaire, sournois, violent et détestable, souffre du Parkinson rigide. Un roman engagé qui pose une réflexion sur le fait de prolonger la vie d'une personne à son extrême limite, sans respect pour la dignité humaine, en le privant de tous les plaisirs et du même fait, de toute raison de survivre.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

BANDES DESSINÉES

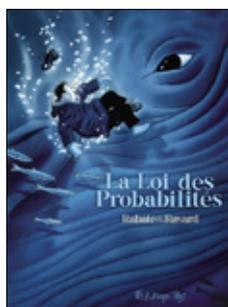


L'ANIMATEUR

Juanungo. Paris : Éditions Delcourt, 2023, 246 p.

Librement inspiré de l'histoire du père de l'auteur, le récit de la rencontre entre un vieux réalisateur de cinéma d'animation en phase terminale d'un cancer et son jeune infirmier un peu empoté. Les premiers échanges entre le féroce Neno et le jeune homme, pas très cultivé, sont compliqués. Mais, rapidement, les carapaces se fissurent et chacun apprend de l'autre.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

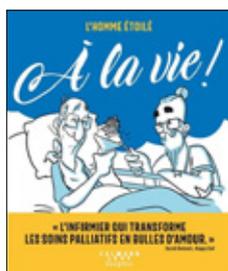


LA LOI DES PROBABILITÉS

Pascal Rabaté et François Ravard (ill.). Paris : Futuropolis, 2023, 85 p.

Sous le choc après avoir appris qu'il ne lui reste que trois mois à vivre, Martin Henry veut enfin réaliser son rêve, celui d'aller au Canada pour voir les baleines. Mais tout ne se passe pas comme prévu.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

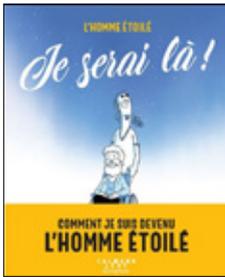


À LA VIE !

L'Homme étoilé. Paris : Calmann-Lévy, 2020, 189 p.

Un roman graphique avec pudeur et humour relatant le quotidien d'un infirmier dans un service de soins palliatifs.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



JE SERAI LÀ !

L'Homme étoilé. Paris : Calmann-Lévy, 2021, 155 p.

L'auteur raconte les rencontres et les événements de sa vie personnelle qui ont fait naître sa vocation pour les soins palliatifs. Il propose également une réflexion teintée d'humour et de tendresse sur l'accompagnement des patients, mais aussi des proches.



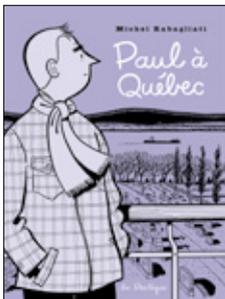
Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



QUELQUES JOURS À VIVRE

Xavier Bétaucourt et Olivier Perret (ill.). Paris : Éditions Delcourt, 2017, 125 p.

Une immersion dans une unité de soins palliatifs à travers le personnage de Juliette, jeune infirmière qui débute dans ce service. Elle découvre les spécificités de ce travail ainsi que les doutes, les hésitations et les interrogations du personnel soignant.



PAUL À QUÉBEC

Michel Rabagliati. Montréal : La Pastèque, 2009, 187 p.

Un sixième tome des aventures de Paul qui débute en 1999, alors qu'il rend visite à sa belle-famille en compagnie de Lucie et de leur fille Rose. Ils apprennent au moment de partir que le père de Lucie est atteint d'un cancer de la prostate. Sur un peu plus d'un an, l'évolution de sa maladie, son agonie puis sa mort sont évoquées avec un juste mélange de réalisme et d'empathie. Un regard attentif sur la maladie et la mort.

OUVRAGES JEUNESSE

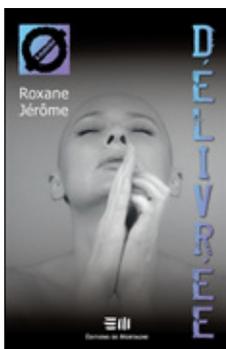


6 À 9 ANS

L'AMOUR POUR TOUJOURS : DÉMARCHE PALLIATIVE

Line St-Amour. Brossard : Un Monde différent, 2013, 31 p.

Un conte qui fait le récit de la maladie grave d'un parent, en l'occurrence ici la rechute d'un cancer. C'est par l'intermédiaire de deux amis : Zébulon le raton laveur et Luron l'écureuil, que se déroule le récit. D'abord, Zébulon garde ce lourd secret pour lui. Mais rapidement, soutenu par son enseignant, il comprend à quel point le fait de s'exprimer le libère. Il réalise, malgré sa peine, que sa mère sera toujours là.



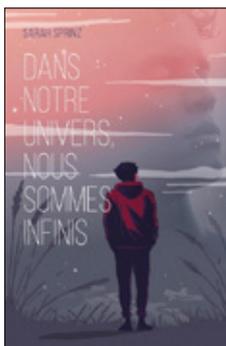
À PARTIR DE 14 ANS

DÉLIVRÉE

Roxane Jérôme. Boucherville : Éditions de la Mortagne, 2022, 318 p.

Mon secondaire cinq devait être mon année des premières fois. Premier amour, premier road trip, premier bal... J'ai touché à tout ça du bout des doigts. Puis Ewing est arrivé. Ewing, un grave sarcome qui me colle désormais aux os. À cause de ce foutu cancer, mes premières fois ne sont plus celles d'une ado normale. Première chimio, premier séjour à l'hôpital, premier contact avec la mort. Malgré la tempête, ma famille et mon copain font tout ce qu'ils peuvent pour garder espoir et me faire sourire. Une chance que je les ai auprès de moi... Pourtant, j'ai peur que ce ne soit pas suffisant. Ewing m'attaque sans arrêt et il gagne du terrain chaque jour.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



15 À 17 ANS

DANS NOTRE UNIVERS, NOUS SOMMES INFINIS

Sarah Sprinz. Vanves : Hachette romans, 2023, 381 p.

Pendant un stage de réanimation, Ansel rencontre Emil, atteint d'un cancer en phase terminale. Malgré cette situation dramatique, les deux jeunes garçons tombent amoureux et Ansel tient à réaliser le rêve d'Emil, un road trip en Ecosse. Pendant le voyage, Ansel prend conscience qu'il n'est pas prêt à affronter la fin inéluctable de la maladie de son compagnon.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

SUGGESTIONS DE FILMS, SÉRIES ET ÉMISSIONS

LE SAVIEZ-VOUS ?

LES BIBLIOTHÈQUES POSSÈDENT DE RICHES
COLLECTIONS DE DVD ET BLU-RAY DISPONIBLES
POUR LE PRÊT ET DONNENT ACCÈS À DES FILMS,
SÉRIES ET ÉMISSIONS EN LIGNE. INFORMEZ-VOUS
AUPRÈS DE VOTRE BIBLIOTHÈQUE.

FICTION



G

UN BEAU MATIN**Mia Hansen-Love.** 2022, 114 min.

Drame romantique (France). Sandra vit seule avec sa fille de huit ans dans un petit appartement parisien. Alors que son père s'enfonce dans une maladie dégénérative et qu'elle doit s'engager dans un parcours du combattant entre hôpitaux et Ehpad pour l'installer en lieu sûr, elle fait la rencontre inattendue de Clément, un ami perdu de vue avec qui s'ouvre une relation passionnée, mais incertaine.



G

TOUT S'EST BIEN PASSÉ**François Orzon.** 2022, 113 min.

Drame (France). Le 15 septembre, la vie d'André Berheim bascule à la suite d'un accident vasculaire cérébral. Paralysé, cet homme nanti et cultivé, collectionneur d'art, n'est plus que l'ombre de lui-même. Ou du moins se perçoit-il ainsi. À son chevet, ses deux filles, Emmanuèle, écrivaine sans enfant, et Pascale, mère divorcée qui dirige un festival de musique, tentent de l'encourager. Sa femme, Claude, sculptrice dépressive, ne daigne le visiter qu'une fois, ce qui lui est d'ailleurs égal. Bien qu'il ait du mal à parler, André garde les idées claires. Peu importe les progrès qu'il fera grâce aux soins attentifs et spécialisés qui lui sont prodigués, sa décision est prise. Le 23 septembre, il demande à Emmanuèle de l'aider à en finir.



G

MOURIR EN VIE**Benoit Brière.** 2021, 35 min.

Drame (Québec). Luc, pédiatre et professeur octogénaire à la retraite, vit avec François son fils, pédiatre comme son père, et l'épouse de François, Esther. Souffrant, diminué physiquement, le vieux a maintenant décidé d'en finir avec la vie. Dans une joute verbale corrosive et sensible, il demande à son fils d'achever ses jours, dans l'intimité. Le fils l'entraîne alors dans une petite virée existentielle et circassienne dans les rues de Montréal où le père est censé aller vers sa destination finale, un centre hospitalier où il se trouvera confronté à son ultime volonté : le choix entre la finalité d'une aide médicale à mourir et un retour à la case départ, les petits bonheurs de ce qui lui reste à vivre de vie, en vie.



G

PAUL À QUÉBEC

François Bouvier. 2015, 98 min.

Comédie dramatique (Québec). À l'occasion de la Saint-Jean-Baptiste, Paul et Lucie vont visiter les parents retraités de cette dernière, Roland et Lisette, à Saint-Nicolas, près de Québec. C'est là que Lucie et ses sœurs apprennent que leur père se remet d'un cancer de la prostate. Peu de temps après, l'état de santé du grand-papa gâteau se détériore. Dorénavant atteint d'un cancer avancé et intraitable, le vieil homme fier et taciturne est admis dans un centre de soins palliatifs. Pendant que Lucie et ses sœurs se relaient à son chevet, Paul se réfugie à sa table à dessin.



13+

QUELQUES HEURES DE PRINTEMPS

Stéphane Brizé. 2012, 108 min.

Drame (France). Après dix-huit mois de prison, Alain revient habiter chez sa mère. Entre l'ex-routier bourru et la septuagénaire veuve obsédée par la propreté, les étincelles fusent, rendant la cohabitation difficile. Un soir, Alain rencontre une célibataire de son âge, avec qui il commence une relation passionnée. Mais lorsque cette dernière se montre trop indiscreète, l'ex-prisonnier, honteux de son passé, la quitte brusquement. Entre-temps, Alain apprend que sa mère, atteinte d'un cancer au cerveau, a signé un protocole de suicide assisté avec une association médicale basée en Suisse, où cette pratique est légale.



G

DÉCONSEILLÉ
AUX JEUNES
ENFANTS

LA VÉRITÉ SUR JACK

Barry Levinson. 2010, 134 min. (You Don't Know Jack)

Drame biographique (États-Unis). Portrait respectueux et fascinant du médecin américain Jack Kevorkian, un pionnier haut en couleur dans la lutte pour le droit au suicide assisté.

**13+**

LES SIGNES VITAUX

Sophie Deraspe. 2009, 90 min.

Drame (Québec). Venue à Québec pour régler la succession de sa grand-mère décédée, Simone abandonne ses études pour se consacrer entièrement aux malades d'un centre de soins palliatifs. Partageant avec eux les derniers moments de solitude de leur vie, Simone en vient à s'oublier, et à négliger, sa relation avec son copain Boris.

DOCUMENTAIRES

Général



MERCI, AU REVOIR, JE T'AIME

Unis tv. 2021, 48 min.

En ligne : <https://www.tv5unis.ca/merci-au-revoir-je-taime>

À la maison de soins palliatifs Source Bleue, Claude, Madeleine, Yvon et d'autres personnes vivent les derniers moments de leur vie. Entourés du personnel chaleureux de l'organisme, ils profitent pleinement de ces jours précieux avec leurs proches.



LES SOINS PALLIATIFS

Les diplômés Mira (épisode), **Unis TV.** 2020, Saison 1, épisode 3, 24 min.

Nous suivons Clown et sa maîtresse Marie-Julie Tschiember, directrice générale de la Maison de soins palliatifs René-Verrier. Clown est le premier chien Mira à accompagner des personnes en fin de vie et les résultats sont remarquables !



LES DOULAS DE LA MORT

Second regard (segment), **Radio-Canada.** 2018, 9 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/Second-regard/site/segments/reportage/66979/accompagnement-fin-de-vie>

Les doulas sont en général des accompagnatrices de naissance. Elles conseillent les femmes enceintes. Mais depuis peu, on peut aussi faire appel à des doulas de fin de vie. Elles assistent les mourants dans leurs derniers moments, et les conseillent tant au niveau matériel que spirituel. Ces doulas de la mort sont de plus en plus nombreuses, notamment sur la côte ouest.



LES MOTS POUR LE DIRE

Eric Le Reste. Second Regard, Radio-Canada. 2016, 23 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/Second-regard/2016-2017/episodes/366696/cancer-mort-soins-palliatifs>

La relation qui se tisse entre un médecin et un patient en phase terminale est souvent très personnelle et surtout, très privée. Pour une rare fois, un médecin en soins palliatifs a été filmé alors qu'il accompagne un homme atteint du cancer alors qu'il s'accroche à l'espoir, et à la vie.



DES ADIEUX

Carole Laganière. Les grands reportages, Radio-Canada. 2014, 44 min.

Documentaire sur la vie des patients en soins palliatifs, une réalité peu souvent montrée à la télévision.



MOURIR DIGNEMENT : LES ENFANTS OUBLIÉS

Second regard, Radio-Canada. 2013, 11 min.

Ce sont des enfants, ils ont bien envie de jouer. Mais leur terrain de jeu est en soins palliatifs. Une réalité lourde à porter pour des centaines de familles qui veulent être entendues dans ce débat sur la dignité en fin de vie. Ils réclament entre autres une meilleure contribution de la société pour les aider à tenir le coup devant l'ampleur de la tâche. Témoignage de parents et des intervenants du Phare Enfants et Familles.

Aide médicale à mourir



POURQUOI L'AIDE MÉDICALE À MOURIR EST-ELLE SI RÉPANDUE AU QUÉBEC ?

Radio-Canada. 2023, 7 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/info/videos/1-8861540/pourquoi-aide-medicale-a-mourir-est-elle-si-repandue-au-quebec>

Le Québec a maintenant le taux d'aide médicale à mourir le plus élevé dans le monde. C'est maintenant près de 7 % des décès qui découlent de cette procédure et la croissance se poursuit : on note une hausse de 40 % des depuis 2022. Davide Gentile et le réalisateur Patrick André Perron ont suivi le parcours d'un malade qui nous aide à comprendre pourquoi l'aide médicale à mourir prend tant de place au Québec.



LES SOINS PALLIATIFS : ACCOMPAGNER LA VIE

Université de Montréal. 2020, 10 min.

En ligne : <https://vimeo.com/468554484/42c5711d4e>

Cette vidéo s'inscrit dans une formation interprofessionnelle de l'université de Montréal sur les pratiques collaboratives et le partenariat patient en contexte de soins palliatifs. Celle-ci est destinée aux étudiantes et intervenants en santé ou en services psycho-sociaux ainsi qu'aux patients partenaires et proches aidants.



FAIRE SON DEUIL

De garde 24/7, Télé-Québec. Saison 5, épisode 4, 2019, 46 min.

En ligne : <https://video.telequebec.tv/player/29685/stream?assetType=episodes>

Le deuil prend plusieurs formes à l'hôpital (soudaines limites, perte d'autonomie, douleur chronique, etc.) Faire le deuil de sa propre vie demeure l'ultime acceptation. Dans certains cas, l'aide médicale à mourir permet maintenant de préparer son départ.



FAMILLES

De garde 24/7, Télé-Québec. Saison 5, épisode 5, 2019, 46 min.

En ligne : <https://video.telequebec.tv/player/29683/stream?assetType=episodes>

Tous les jours, l'histoire de centaines de familles s'écrit à l'hôpital. Peu importe leur spécialité, les médecins doivent composer avec les proches de leurs patients. Le lien de confiance avec les patients et leur famille se crée au fil des événements.



DOIT-ON ÉLARGIR L'AIDE MÉDICALE À MOURIR ?

Zone franche, Télé-Québec. 2019, 46 min.

En ligne : <https://enclasse.telequebec.tv/contenu/Lelargissement-de-laide-medicale-a-mourir/17491>

Pour plusieurs malades et leur famille, mourir dans la dignité est un droit fondamental qui doit être élargi notamment aux personnes souffrant de maladies dégénératives incurables, comme l'Alzheimer par exemple. Pour d'autres, élargir l'accès est irresponsable et scandaleux. Le risque d'être euthanasié pour des raisons insuffisantes, comme une dépression passagère, ou, pire, contre son gré, est trop grand. Alors, doit-on élargir l'accès à l'aide médicale à mourir ?

PRENDRE PART À SES SOINS DE SANTÉ

Cette section se retrouve dans chacun des cahiers thématiques Biblio-Santé. La sélection des ressources qu'elle contient tient compte d'une approche patient-partenaire visant à autonomiser les usagers du système de santé et à les outiller pour qu'ils puissent faire des choix de soins libres et éclairés.

QU'EST-CE QU'UN PATIENT-PARTENAIRE ?

« Un patient partenaire est une personne qui devient progressivement apte, au fil de ses traitements, à faire des choix de santé libres et éclairés. Ses savoirs expérientiels sont reconnus et ses compétences en matière de soins développées avec l'aide de l'équipe. Respecté dans tous les aspects de son humanité, il est membre à part entière de cette équipe en ce qui concerne les soins et services qui lui sont offerts. Tout en reconnaissant l'expertise des intervenants de l'équipe, il oriente leurs préoccupations vers ses besoins et son bien-être à plus long terme. »

Source : Faculté de médecine de l'Université de Montréal

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS

Général

CENTRE D'EXCELLENCE EN SANTÉ SUR LE PARTENARIAT AVEC LES PATIENTS ET LE PUBLIC (CEPPP)

Téléphone 514 890-8000
Site Web <https://ceppp.ca/>

Le CEPPP s'engage à faire de la collaboration avec les patients et le public une science, une culture et un nouveau standard, afin d'améliorer la santé de tous et l'expérience de chacun. Il travaille à intégrer le patient dans son équipe de soins et le citoyen dans son système de santé.

EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA

Téléphone sans frais 1 866 421-6933
Site Web <https://www.healthcareexcellence.ca/fr/>

Excellence en santé Canada est un organisme issu de la fusion de l'Institut canadien pour la sécurité des patients et de la Fondation canadienne pour l'amélioration des services de santé. Ses actions visent l'équité, l'inclusion et la collaboration avec les patients, les familles et les proches aidants, ainsi que le soutien au personnel des services de santé. Plusieurs de ses programmes s'adressent directement aux patients et à leurs proches afin d'améliorer leur sécurité et la qualité des services de santé.

INSTITUT DE PLANIFICATION DES SOINS DU QUÉBEC

Téléphone 514 805-2408
Site Web www.planificationdessoins.org

L'Institut a comme mission d'aider les gens en perte d'autonomie ou atteints d'une maladie dégénérative à planifier leurs soins de santé. Le site Web propose notamment des exemples de directives anticipées et explique comment rédiger un « Profil de ses valeurs ». L'institut offre aussi des conférences et formations en ligne.

UNITÉ DE SOUTIEN SSA QUÉBEC

Téléphone 450 463-1835, poste 61890
Site Web <https://ssaquebec.ca/>

Cette unité soutient un système de santé apprenant pour rendre possible l'amélioration continue du système de santé ainsi que des soins et services rendus à la population. Elle mobilise et soutient les milieux de la recherche, de la santé et des services sociaux, avec et pour la population.

Information juridique

CENTRES DE JUSTICE DE PROXIMITÉ

Site Web www.justicedeproximite.qc.ca

Les centres de justice de proximité offrent leurs services dans treize régions du Québec. Ils offrent de l'information juridique sur vos droits et vos obligations. Ils vous soutiennent en vous accompagnant dans l'établissement de vos besoins d'ordre juridique et en vous présentant les options possibles pour y répondre. Ils vous orientent vers les différentes ressources juridiques disponibles, communautaires ou autres, afin que vous puissiez choisir le service correspondant à vos besoins.

CHAMBRE DES NOTAIRES DU QUÉBEC

Téléphone 514 879-1793
Téléphone sans frais 1 800 263-1793
Site Web www.cnq.org

La Chambre des notaires propose des informations juridiques de base. Vous y trouverez notamment des renseignements sur les procurations, les mandats donnés en prévision de l'incapacité, les testaments et les successions.

CONSEIL POUR LA PROTECTION DES MALADES

Téléphone 514 861-5922
Téléphone sans frais 1 877 CPM-AIDE (276-2433)
Site Web www.cpm.qc.ca

Vous pouvez contacter sans frais cet organisme pour vous renseigner sur les droits d'une personne malade ou pour dénoncer un abus ou une situation qui porte atteinte aux droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Toute dénonciation sera traitée de façon confidentielle.

CURATEUR PUBLIC DU QUÉBEC

Téléphone 514 873-4074
Téléphone sans frais 1 844 532-8728
Site Web www.quebec.ca/gouvernement/ministeres-et-organismes/curateur-public

Le Curateur public veille à la protection des personnes inaptes. Pour ce faire, il sensibilise la population aux besoins de protection découlant de l'inaptitude et il accompagne les familles et les proches qui représentent une personne inapte, qui administrent son patrimoine ou celui d'un mineur, ou encore qui participent à un conseil de tutelle. On retrouve sur son site des informations sur l'inaptitude (mandat en cas d'inaptitude, tutelle, curatelle, etc.).

FÉDÉRATION DES CENTRES D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES

Téléphone 1 877 SOS-CAAP (1 877 767-2227)
Site Web <http://fcaap.ca>

Les centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes assistent l'utilisateur dans toute démarche qu'il entreprend en vue de porter plainte auprès d'un établissement, d'un CISSS, d'un CIUSSS ou du Protecteur des usagers. Ils accompagnent l'utilisateur pendant la durée du recours, y compris lorsque la plainte est acheminée vers le Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens d'un établissement. Vous retrouverez sur le site de la FCAAP la liste des centres d'assistance ainsi que de l'information sur vos droits.

JURISTES À DOMICILE

Téléphone 514 944-9929
Site Web www.juristesadomicile.com

Juristes à Domicile oriente et accompagne ses membres qui se trouveraient en situation difficile, ou encore qui seraient vulnérables ou démunis, lorsqu'il s'agit de faire respecter leurs droits. L'organisme peut aussi faciliter l'accès à des services juridiques à prix modique, si nécessaire. Comme le nom de l'organisme l'indique, les juristes de l'équipe se déplacent à domicile.

PROTECTEUR DU CITOYEN

Téléphone sans frais 1 800 463-5070
Site Web <https://protecteurducitoyen.qc.ca>

Le Protecteur du citoyen effectue des enquêtes à la suite de plaintes ou de signalements de personnes, groupes, organismes ou entreprises qui s'estiment victimes d'une erreur ou d'une injustice de la part d'un ministère ou d'un organisme du gouvernement du Québec, ou d'une instance du réseau de la santé et des services sociaux. Le Protecteur du citoyen est indépendant du gouvernement, neutre et sans parti pris. Les plaintes sont traitées confidentiellement. Ses services sont gratuits et facilement accessibles.

REGROUPEMENT PROVINCIAL DES COMITÉS DES USAGERS (RPCU)

Téléphone 514 436-3744
Site Web www.rpcu.qc.ca

Le Regroupement provincial des comités des usagers défend et protège les droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Consultez le site Web du regroupement pour en connaître davantage sur les droits et les recours des usagers du système de la santé.

RESSOURCES WEB

Général

CARNET SANTÉ QUÉBEC

<https://carnetsante.gouv.qc.ca/portail>

Carnet santé Québec est un site Web qui vous donnera accès à vos informations de santé en ligne, et ce, en un seul endroit. Il vous permet de consulter les résultats de vos prises de sang, tests d'urine et autres prélèvements; accéder aux rapports de vos examens d'imagerie médicale; consulter la liste des médicaments que vous avez reçus en pharmacie au cours des 5 dernières années et prendre rendez-vous avec un médecin de famille à l'aide du service Rendez-vous santé Québec.

CHOISIR AVEC SOINS

www.choisiravecsoin.org

Choisir avec soins est une campagne nationale pour la réduction des examens et des traitements inutiles en santé. Son site Web regorge d'informations en lien avec les traitements et la médication. Il offre des recommandations et ressources par spécialité à l'intention des professionnels de la santé et des patients. Des guides d'information destinés aux patients sont également disponibles sous l'onglet « Ressources patients ».

COALITION CANADIENNE DES ORGANISMES DE BIENFAISANCE EN SANTÉ – GUIDE DE SANTÉ PRATIQUE

<http://www.organismesante.ca/ressources/how-to-health-guide-guide-sant%C3%A9-pratique.aspx>

Le Guide de santé pratique a été rédigé pour aider les patients, les aidants naturels, les amis et les familles à gérer l'information sur le système de soins de santé canadien qui peut souvent désorienter. Le Guide contient des renseignements de base pour savoir comment parler d'un large éventail de questions aux personnes qui travaillent au sein du système.

COLLÈGE DES MÉDECINS DU QUÉBEC – PROTÉGER LE PUBLIC

www.cmq.org/hub/fr/services-au-public.aspx

La section « Protéger le public » du site Web Collège des médecins du Québec vous renseigne sur différents aspects des consultations avec un médecin (accès à un médecin, honoraires médicaux, plaintes, etc.) On peut également y trouver de l'information sur la profession médicale et sur le rôle des autres professionnels de la santé.

EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA

Le guide canadien de l'engagement des patients en matière de sécurité

<https://www.patientsafetyinstitute.ca/fr/toolsresources/patient-engagement-in-patient-safety-guide/pages/default.aspx>

Le Guide canadien de l'engagement des patients en matière de sécurité vous est présenté en détails sur cette page web. Vous découvrirez à qui s'adresse ce guide, son but et son contenu. L'option de le télécharger vous y est également offerte.

Participation et collaboration des patients, des familles et des proches aidants

<https://www.fcass-cfhi.ca/WhatWeDo/PatientEngagement/PatientEngagementResourceHub/Results.aspx>

Vous trouverez sur cette page de la Fondation canadienne pour l'amélioration des services de santé des informations au sujet de la participation et de la collaboration des patients dans leurs soins de santé, entre autres sur le projet Faire le pont vers la maison qui permet d'améliorer la qualité des soins ainsi que l'expérience des patients, des proches aidants et des prestataires de soins durant les transitions de l'hôpital au domicile.

Virez en mode sécurité

www.patientsafetyinstitute.ca/fr/About/Programs/shift-to-safety/Pages/public.aspx

Le volet « Public » du programme VIREZ en mode sécurité a pour but de vous aider à prendre une part active dans la sécurité de ses soins de santé. Il offre des ressources sur un éventail de sujets pour faire des choix de soins informés, des liens vers d'autres patients et des conseils pour travailler avec les prestataires de soins de santé selon ses besoins personnels.

FONDATION DES MALADIES DU CŒUR ET DE L'AVC – ÊTRE PARTENAIRE DANS VOS SOINS DE SANTÉ

<https://www.coeuretavc.ca/maladies-du-coeur/retablissement-et-soutien/etre-partenaire-dans-vos-soins-de-sante>

Cette section du site de la fondation Cœur & AVC fait un survol de ce qu'il faut savoir pour bien se préparer à un rendez-vous médical. Les conseils partagés peuvent s'appliquer à n'importe quel patient, peu importe sa condition médicale.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC

Info-Santé 811

www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-sante-811/

En tout temps, vous pouvez parler à une infirmière d'un problème de santé non urgent en composant sans frais le 811. Il s'agit d'un service gratuit et confidentiel, disponible 24 heures sur 24.

Organisation des services

<https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/>

Cette page Web du Gouvernement du Québec présente un portrait de l'organisation des services au Québec ainsi que de l'information pertinente pour chaque service offert.

Programmes et services offerts aux personnes en perte d'autonomie

<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/inaptitude-perde-autonomie/programmes-services>

Vous êtes une personne en perte d'autonomie? Ce site contient des renseignements sur les programmes et services gouvernementaux auxquels vous pourriez avoir droit. Les aidants qui vous soutiennent y trouveront également des renseignements utiles.

INSTITUT NATIONAL D'EXCELLENCE EN SANTÉ ET EN SERVICES SOCIAUX – NIVEAUX DE SOINS: PRENEZ PART À LA DISCUSSION

https://www.cisss-at.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2021/01/Niveaux-de-soins_Depliant_FR_VF.pdf

Ce dépliant vous donne des conseils sur comment prendre part à la discussion concernant les niveaux de soins que vous pourriez recevoir avec un professionnel de la santé. Le but est de faciliter la communication quand vient le temps de déterminer les soins et les traitements qu'une personne gravement malade souhaite recevoir, ou non.

INSTITUT POUR LA SÉCURITÉ DES MÉDICAMENTS AUX PATIENTS DU CANADA – MÉDICAMENTSSÉCURITAIRES.CA

www.ismp-canada.org/fr/dossiers/bulletins/

Les bulletins du site Web Médicamentssécuritaires.ca de l'ISMP Canada contiennent de l'information destinée aux consommateurs afin de faire la promotion de l'utilisation sécuritaire des médicaments dans tous les secteurs de la santé. Un de leur objectif est de formuler des recommandations pour prévenir les accidents liés à la médication.

LE MANUEL MERCK (VERSION POUR LE GRAND PUBLIC) – COMMENT TIRER LE MEILLEUR PARTI DES SOINS DE SANTÉ

<https://www.merckmanuals.com/fr-ca/accueil/fondamentaux/comment-tirer-le-meilleur-parti-des-soins-de-santé>

Cette page web vous offre de précieux conseils pour participer activement à ses soins de santé comme quand consulter son médecin, comment tirer le meilleur parti d'une consultation et l'enquête sur une maladie.

L'INSTITUT DE RECHERCHE DE L'HÔPITAL D'OTTAWA – OUTILS D'AIDE À LA DÉCISION POUR LES PATIENTS

<https://decisionaid.ohri.ca/francais/repertoire.html>

Le répertoire des outils d'aide à la décision est conçu pour vous aider à trouver un outil qui réponde à vos besoins.

ORDRE DES PHARMACIENS DU QUÉBEC – PROTECTION DU PUBLIC

<https://www.opq.org/protection-du-public/que-fait-lordre-pour-me-protéger/>

La section « Protection du public » du site Web de l'Ordre des pharmaciens du Québec permet de trouver un pharmacien, d'obtenir des conseils liés à la protection du public ainsi que de mieux connaître le rôle du pharmacien et ce que sont les soins pharmaceutiques.

Le blogue

<https://www.opq.org/blogue/>

On peut trouver sur le blogue de l'OPQ de nombreux articles en lien avec les soins pharmaceutiques.

RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC – CITOYENS

<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie>

Le site Web de la RAMQ vous fournit de l'information sur l'assurance maladie, l'assurance médicaments, les programmes d'aide et les séjours hors Québec. Vous y trouverez les services disponibles en ligne ainsi que les formulaires nécessaires pour bénéficier des services offerts.

SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX QUÉBEC

Aide-mémoire: Ma santé, j'en prends soin

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2014/14-909-01F.pdf>

Cet aide-mémoire vous offre quelques conseils qui vous aideront à vous préparer aux rencontres avec les professionnels de la santé.

VITALITÉ – LA SANTÉ

<https://vitalite.uqam.ca/definitions/la-sante/>

Vitalité est un laboratoire de recherche sur la santé de l'Université du Québec à Montréal dont la mission est de contribuer à l'amélioration de la santé de la population, en produisant des connaissances scientifiques valides et pertinentes. Sous l'onglet « La santé » se trouvent des conseils et outils d'autogestion de la santé et de la dépression.

CONNAISSEZ-VOUS LA DÉPRESCRIPTION ?

La déprescription, c'est lorsqu'on réduit la dose d'un médicament ou qu'on cesse la prise d'un médicament. La déprescription vise à maintenir ou à améliorer la qualité de vie.

POURQUOI AVOIR RECOURS À LA DÉPRESCRIPTION ?

Les médicaments soulagent des symptômes, guérissent des maladies et peuvent même prolonger la vie. Toutefois, ils peuvent également causer des effets secondaires ou encore interagir entre eux, ce qui peut être néfaste pour la santé. Plus on augmente le nombre de médicaments que l'on prend, plus le risque d'effets néfastes augmente. Il est aussi important de savoir qu'en vieillissant, nous devenons plus sensibles aux effets des médicaments, ce qui accroît notre risque de souffrir d'un effet néfaste.

COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

Pour toutes ces raisons, il est suggéré de faire réévaluer ses médicaments par un professionnel de la santé de façon régulière. Celui-ci pourra déterminer si les risques liés à la prise de médicaments sont plus importants que les bénéfices qu'ils apportent et si la déprescription est envisageable. **La déprescription est un processus planifié qui doit être accompagné et supervisé par un professionnel de la santé, que ce soit un pharmacien, une infirmière ou un médecin.**

Source : Réseau canadien pour la déprescription

RÉSEAU CANADIEN POUR LA DÉPRESCRIPTION

www.reseaudeprescription.ca

Le Réseau canadien pour la déprescription vous offre de l'information en lien avec l'utilisation sécuritaire des médicaments et des alternatives sécuritaires aux médications à risque d'effets néfastes. Des articles et ressources sur le sujet y sont proposés.

Information juridique

COMITÉ DES USAGERS DU CENTRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE LAVAL

Les droits et les responsabilités

www.cucssslaval.ca/usager/les-droits-et-responsabilites-des-usagers

Sont regroupés sur cette page Web les différents droits en matière de santé et de bien-être au Québec ainsi que les responsabilités de chacun en la matière.

Une loi pour protéger vos droits

<http://collections.banq.qc.ca/retrieve/13906989>

Cette brochure vous explique les grandes lignes de la Loi sur les services de santé et les services sociaux. Elle permet aux usagers du système de santé de développer leur confiance et leur autonomie en améliorant la connaissance de leurs droits.

ÉDUCALOI – SANTÉ

www.educaloi.qc.ca/categories/sante

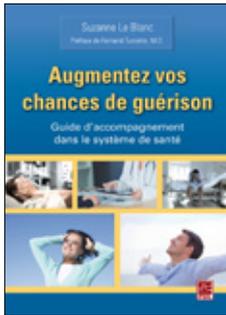
Cette section du site Web d'Éducaloi explique clairement les droits et obligations des médecins, des patients, des conjoints, des aidants, etc. lorsqu'il est question du système de santé québécois. Plusieurs thèmes sont abordés : interventions médicales, consentement aux soins, inaptitude et perte d'autonomie, etc.

VOS DROITS EN SANTÉ

www.vosdroitsensante.com

Site produit par un cabinet d'avocats qui s'adresse aux usagers de la santé et à leurs proches. Il offre de l'information complète sur le fonctionnement du système de santé, les droits de la personne sur son corps, les recours des usagers, etc.

SUGGESTIONS DE LECTURE



AUGMENTEZ VOS CHANCES DE GUÉRISON : GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT DANS LE SYSTÈME DE SANTÉ

Suzanne Le Blanc. Québec : Presses de l'Université Laval, 2019, 130 p.

Après avoir surmonté l'épreuve d'une maladie jugée incurable et accompagné des personnes souffrantes, l'auteure a compris l'importance de posséder de solides connaissances de base en santé, en tant que patient, pour recevoir les soins les plus appropriés et, en conséquence, augmenter les chances de guérison.



PETIT GUIDE DE SURVIE DES PATIENTS FACE À LA BLOUSE BLANCHE

Lucile Sergent et Samuel Pouvereau. Paris : First éditions, 2019, 159 p.

Comment survivre au pays du soin, et avec quels outils ? Qui ne s'est jamais senti perdu ou troublé après une consultation médicale ? Patients et soignants ne parlent pas toujours le même langage, ce qui est source de beaucoup d'incompréhensions et parfois de souffrance. En fin d'ouvrage : un carnet de patient pour vous accompagner dans vos consultations.



LE GUIDE DE SURVIE DU PATIENT : DANS L'ENFER DU SYSTÈME DE SANTÉ

Yves Lamontagne. Montréal : Québec Amérique, 2017, 122 p.

Qui et où consulter ? Comment obtenir un rendez-vous ? Comment vous préparer à la consultation médicale ? Quel type de relation le médecin doit-il avoir avec vous et vous avec votre médecin ? Comment se servir de l'Internet pour trouver la bonne information médicale ? Que penser des médecines alternatives et des produits naturels ? Enfin, sommes-nous trop soignés ?



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LIRE ET COMPRENDRE SES ANALYSES MÉDICALES

Mary Liber. Monaco : Alpen éditions, 2017, 127 p.

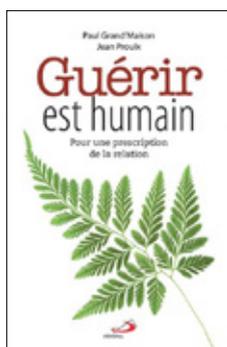
Un guide pour décoder ses analyses sanguines car, être informé, c'est mieux se soigner.



VOTRE SANTÉ EST ENTRE VOS MAINS : CE QU'IL FAUT SAVOIR, CE QU'IL FAUT FAIRE

Martine Perez. Paris : Leduc.s éditions, 2017, 295 p.

Ce guide pratique propose des conseils pour soigner seul les maux du quotidien, choisir et utiliser les médicaments avec discernement et se maintenir en forme. Il donne également les outils permettant de repérer les signaux du corps pour lesquels un médecin doit être consulté.



GUÉRIR EST HUMAIN : POUR UNE PRESCRIPTION DE LA RELATION

Paul Grand'Maison et Jean Proulx. Montréal : Médiaspaul, 2016, 244 p.

Les auteurs de ce livre nous invitent à un regard croisé sur la souffrance à partir de leurs expériences respectives de patient et de médecin. Leur réflexion à deux voix s'adresse à ceux que la maladie éprouve comme à leurs proches, au personnel soignant comme aux étudiants et aux facultés de médecine. Elle saura convaincre qu'au cœur de l'épreuve et dans l'espoir de la guérison, l'être humain a un riche éventail de cartes à jouer.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LA SANTÉ REPENSÉE : CESSEZ DE CHERCHER LA PILULE MIRACLE, AGISSEZ DIFFÉREMMENT

Gaétan Brouillard. Montréal : Les Éditions de l'Homme, 2015, 201 p.

Nous cherchons souvent le remède miracle à nos maux, la pilule qui permettrait d'enrayer rapidement nos symptômes. Il n'existe toutefois aucune solution « toute prête » pour nous prémunir contre les nombreuses maladies chroniques qui prolifèrent actuellement. Cela dit, le Dr Brouillard nous invite à prendre notre santé en mains en adoptant une vision globale qui réconcilie le corps, le cœur et l'esprit. En s'appuyant sur la recherche scientifique, il bouleverse notre perception du corps et de ce qui l'entoure en démontrant à quel point notre mode de vie, notre environnement, nos dispositions émotives ou mentales et même nos pratiques spirituelles influent sur notre bien-être au quotidien. Puisant autant dans la médecine occidentale que dans la sagesse ancestrale et les traditions orientales, il suggère des pistes de solutions pour prévenir la maladie et augmenter la vitalité.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LE PATIENT ET LE MÉDECIN

Marc Zaffran. Montréal : Presse de l'Université de Montréal, 2014, 256 p.

S'appuyant sur des exemples tirés des contextes français et québécois, Marc Zaffran a voulu aller au fond de cette question, qu'il a souvent abordée dans ses différents ouvrages : comment la relation entre patient et médecin peut-elle cesser d'être un rapport de force et devenir, pleinement, une relation de soin – c'est à dire d'entraide, de soutien et de partage.

LA CULTURE ACCESSIBLE À TOUS

BAnQ propose une panoplie de services adaptés gratuits à distance et à la Grande Bibliothèque.

Ces services s'adressent à tous les résidents québécois vivant avec une incapacité liée à la mobilité, à l'agilité, à l'audition, à la parole, à la vision, à l'apprentissage ou aux facultés intellectuelles, peu importe leur âge.

- Des livres adaptés, sonores ou en braille, des livres en gros caractères, des vidéos sous-titrées pour malentendants ou en vidéo-description et plus encore!
- Un service d'information et de référence téléphonique offert par du personnel expérimenté.

Abonnement et information à banq.qc.ca



Photo : iStockphoto

GRANDE
BIBLIOTHÈQUE



Bibliothèque
et Archives
nationales

Québec





1453, RUE BEAUBIEN EST, BUREAU 215, MONTRÉAL, QUÉBEC H2G 3C6
514 279-0550 | WWW.ABPQ.CA | INFO@ABPQ.CA