

Avec les DAP, je m'exprime et j'anticipe

J'apprends à mieux me connaître et je reprends confiance

C'est un outil pour mes proches, ils me comprennent et savent comment m'aider

Un Médiateur Santé Pair pourra comprendre ce que je ressens car il l'a vécu

## ALLIANCE

avec les proches et soignants

# Prévention

Savoir comment réagir

# Mes souhaits

AUTONOMIE

# Droit



directives  
anticipées en  
psychiatrie

# Les DA(i)P c'est quoi ?

UN DOCUMENT COURT ET PRÉCIEUX

*à rédiger quand ça va bien...*

Pour les personnes vivant avec un trouble psychique

**POUR PLANIFIER ET CHOISIR SON  
ACCOMPAGNEMENT**

Exprimer à l'avance mes souhaits  
concernant ma santé mentale

# maintenir mon bien-être

APPRENDRE À MIEUX ME CONNAÎTRE

ANTICIPER GRÂCE À UN PLAN

# Pourquoi remplir mes Directives Anticipées (incitatives) en Psychiatrie ?

Parce que c'est un support pour discuter avec mes proches et les professionnels quand ça ne va plus...

Pour mieux participer aux décisions qui me concernent.

Ce document ne peut pas forcer les professionnels à respecter mes choix, mais il sert à les inciter à appliquer mes volontés dans la mesure du possible.

## Quand les utiliser ?

Dans les moments où ça ne va plus. Quand j'ai besoin de me souvenir de ce qui m'aide, de mes ressources, de ce qui ne m'aide pas.

Quand je ne suis plus en mesure de parler pour moi.

Quand les autres ne m'écoutent plus.

En cas d'hospitalisation, de crise.

## Comment les utiliser ?

Les rédiger idéalement avec l'aide d'un médiateur santé pair (une personne qui vit aussi avec des troubles psychiques), un soignant, ou même seul.

A modifier au fil du temps, si besoin...

## et surtout... À partager !

**AVEC SES PROCHES**

**AVEC LES SOIGNANTS**

**POSSIBILITÉ D'INSCRIRE LES DA(i)P SUR LE DOSSIER MÉDICAL SUR DEMANDE AUPRÈS DES PROFESSIONNELS**

## De quoi les DA(i)P sont-elles composées ?

- Désignation d'une personne de confiance
- Connaissance de soi/ anticipation des crises
- Les traitements
- Les lieux de soin / les accompagnants
- les alternatives
- Les remarques personnelles