

J'apprends à mieux  
me connaître et je  
repréends confiance

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

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

Avec les DA(i)P, je  
m'exprime et j'anticipe

**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**

Pour les personnes vivant avec un trouble psychique

**POUR CHOISIR ET PLANIFIER**

exprimer à l'avance mes souhaits  
concernant ma santé mentale

maintenir  
mon bien-être

APPRENDRE À MIEUX ME CONNAÎTRE

ANTICIPER GRÂCE À UN PLAN

*A rédiger quand ça va bien...*

# 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 ce qui ne m'aide pas, de mes ressources.

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 avec l'aide d'un pair professionnel (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 !

**AUX PROCHES**

**AUX SOIGNANTS**

**POSSIBILITÉ DE LES INCLURE DANS LE DOSSIER MÉDICAL**

## 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