



Rituels de fin de vie

Les **rituels de fin de vie** désignent une série de gestes, d'activités et de moments spéciaux qui sont créés par la personne mourante et ses proches afin de faire face à la réalité de la fin de vie. Ces rituels sont soutenus par les soignant·es dans l'objectif de contribuer au confort émotionnel et spirituel du ou de la patient·e et de ses proches.

Voici des exemples de rituels de fin de vie:



Création de souvenirs

En tant que proche, vous pouvez prendre le temps avec la personne mourante de vous remémorer les moments précieux passés ensemble et de partager vos propres histoires.



Cérémonies religieuses ou spirituelles

Si la personne malade a des croyances spirituelles ou religieuses, il est possible d'organiser certains rituels spécifiques pour répondre à ses besoins (une rencontre de prière avec un prêtre, par exemple).



Lettres d'adieu

En tant que patient·e, écrire des lettres d'adieu peut vous aider à exprimer vos sentiments et émotions et à laisser des messages importants à vos proches.



Musique apaisante

Faire jouer la musique préférée de la personne mourante ou des chansons significatives peut apporter du réconfort et créer une atmosphère paisible.



Toucher et gestes d'affection

Tenir la main de la personne mourante, lui offrir un câlin ou simplement continuer d'être présent·e à son chevet sont des rituels simples mais puissants.



Création d'un espace calme et serein

Aménager un espace tranquille avec des photos, des bougies et des objets qui rappellent des souvenirs précieux peut contribuer à créer un environnement apaisant pour la personne mourante et ses proches.

Pourquoi les rituels de fin de vie sont-ils importants?

Les rituels de fin de vie aident à apaiser les inquiétudes associées à la mort parce qu'ils créent des moments significatifs. En effet, ils permettent à la personne mourante et à ses proches :

- d'exprimer des souvenirs;
- d'exprimer des émotions;
- de se sentir connecté·es;
- d'exprimer des adieux;
- de trouver du réconfort dans leur spiritualité, leurs croyances ou leurs valeurs personnelles.

Références

Delisle, I. (1982). *Vivre son mourir: de la relation d'aide aux soins palliatifs*. Québec, Canada: Les Éditions de Mortagne.
Cassidy, S. (1994). *Au seuil de la lumière : spiritualité pour l'accompagnement des malades*. Les Éditions Bellarmin.