

EXIT Association pour
le Droit de Mourir
dans la Dignité

**Assemblée
générale 2024**

Le samedi 15 juin
à Neuchâtel



Table des matières

01

Éditorial

Gabriela Jaunin, coprésidente

03

Directives anticipées

Jean-Jacques Bise, coprésident

07

Genève : votation populaire
pour une fin de vie digne

Jean-Jacques Bise, coprésident

08

Assemblée générale 2024

Informations pratiques

11

Assemblée générale 2024

L'invitée : Marianna Gawrysiak,
gérontopsychologue

12

EXIT en chiffres

Statistiques de l'année 2023

18

Bon à savoir

Nouvelle carte de membre

19

Reportage

« Dernier voyage », paru dans
l'Illustré du 13 décembre 2023

23

Témoignage

Récit de la famille d'une membre

27

Mot du secrétariat

En cas de déménagement

28

Littérature

Livre « Libres et légers comme
des papillons » par Emilie Amey,
accompagnatrice

31

Formulaires

et renseignements

40

Les membres du Comité

41

Contact

ÉDITORIAL

Ce n'est qu'un au revoir !

Chers membres, voici mon dernier édito ! En effet, j'ai pris la décision de me retirer de la co-présidence pour laisser ma place à notre vice-président, le Dr Romano La Harpe qui reprendra mon poste avec Jean-Jacques Bise pour quelques années. Nous devons penser à la relève !

Vous m'avez fait confiance en m'élisant il y a 6 ans avec Jean-Jacques Bise, qui a été non seulement mon co-président mais qui est devenu un ami. Notre binôme a merveilleusement fonctionné. Vous m'avez accordé votre confiance et j'ai été très heureuse d'œuvrer avec Jean-Jacques durant ce mandat, fait de haut et de bas. Une riche expérience, dont je vous remercie vivement !

Il y a des personnes qui marquent nos vies, même si cela ne dure qu'un moment et nous ne sommes plus les mêmes. Le temps n'a pas d'importance mais certains moments en ont pour toujours.

Si vous acceptez ma candidature de vice-présidente, je vais continuer à œuvrer pour le bien et le bon fonctionnement de cette belle Association qui compte de plus en plus de membres.

Mais avant tout, je vais poursuivre ma mission première, être accompagnatrice. Cela peut paraître fou, mais j'ai toujours aimé consacrer du temps à l'accompagnement des membres et de leurs proches, depuis bientôt deux décennies, ce qui donne un sens à ma vie.

J'ai également la chance d'être responsable de nos accompagnatrices/teurs depuis longtemps et je suis fière de toutes ces personnes qui donnent de leur temps avec empathie.

Alors, encore une fois, un grand merci à vous toutes et tous pour cette magnifique expérience et surtout pour votre confiance.

Au plaisir de vous retrouver à l'Assemblée Générale et de poursuivre notre route ensemble.

Gabriela Jaunin

Coprésidente et accompagnatrice





Photo: Unseen Studio / unsplash.com

DIRECTIVES ANTICIPÉES

Directives anticipées et demandes d'assistance au suicide ne font pas bon ménage !

Il se pourrait qu'un jour, en cas de maladie ou d'accident, une personne se retrouve dans l'incapacité d'exprimer au corps médical ses souhaits liés à la fin de sa vie. Les directives anticipées (D.A.) permettent d'exprimer par avance votre volonté de poursuivre, limiter, arrêter ou refuser des traitements ou actes médicaux.

Cette démarche est volontaire et non obligatoire. Depuis le 1^{er} janvier 2013, elle est régie par les articles 370 à 372 de notre Code civil.

Les D.A. seront valables à 3 conditions :

- 1 La personne qui les rédige est capable de discernement.
- 2 Les D.A. ont un contenu licite. Vous ne pourrez notamment pas prétendre à des traitements non reconnus ou non prodigués dans un établissement donné.
- 3 Les D.A. sont faites sous la forme écrite.

Les D.A. permettent à une personne de déterminer 2 choses :

- 1 Des instructions sur les traitements médicaux. Traitements à des fins de diagnostic, à but thérapeutique et/ou palliatifs auxquels elle entend consentir ou non si elle venait à perdre sa capacité de discernement.
- 2 La désignation, possible mais pas obligatoire, d'un représentant thérapeutique.

Le droit suisse ne contient qu'une disposition spécifique relative à l'assistance au suicide : l'article 115 de notre Code pénal qui dispose que « celui qui, poussé par un mobile égoïste, aura incité une personne au suicide, ou lui aura prêté assistance en vue du suicide, sera, si le suicide est consommé ou tenté, puni d'une peine privative de liberté de cinq ans au plus ou d'une peine pécuniaire ». Cette disposition se borne à définir à quelles conditions un comportement devient pénalement punissable. Elle ne confère aucun droit subjectif opposable à autrui : ni un droit du suicidant d'obtenir de l'aide d'un tiers ou de l'État pour se suicider, ni un droit d'une personne physique ou morale d'aider celles et ceux qui veulent mettre fin à leurs jours.



Depuis plus de 25 ans, EXIT aide ses membres à mourir dans la dignité. Nous respectons pour cela les **conditions émises par l'ASSM (Académie suisse des sciences médicales) pour effectuer des assistances « médicalisées » au suicide. Ces dernières sont les suivantes :**

- 1 La capacité de discernement : une personne est capable de discerner par rapport au suicide assisté. Un médecin doit documenter avec précision qu'il a exclu l'incapacité de discernement de la personne.
- 2 Une volonté indépendante : le désir de mourir est mûrement réfléchi, il ne résulte pas d'une pression extérieure et il est persistant.
- 3 Une souffrance extrême : les symptômes et/ou les limitations fonctionnelles de la personne ont atteint un degré extrême et ce ressenti doit être objectivé par un diagnostic ou un pronostic en ce sens.
- 4 L'examen d'autres alternatives : des options thérapeutiques indiquées ainsi que d'autres offres d'aide et de soutien ont été recherchées, puis expliquées et proposées à la personne, mais ont échoué ou ont été refusées par la personne capable de discernement à cet égard.

Ainsi, directives anticipées et demande d'assistance au suicide sont absolument incompatibles :

- des directives anticipées ne constituent une base légitime de décision que si leur auteur a perdu sa capacité de discernement ou n'est plus en mesure de prendre position après avoir perdu connaissance ;
- on ne peut parler de suicide assisté que si une personne cause délibérément sa propre mort. Cela nécessite d'une part qu'elle soit capable de discernement au moment où elle agit et d'autre part qu'elle ait la maîtrise du dernier geste provoquant sa mort.

Fondée en 1982, EXIT A.D.M.D. Suisse romande a pour but « de promouvoir le droit de l'être humain de disposer librement de sa personne, de son corps et de sa vie. » Dans le bulletin N° 76, publié à l'occasion des 40 ans de notre association, Alexandre Pillonel a qualifié la première période d'existence d'EXIT comme étant celle du « temps des revendications ». Une de celles-ci fut de faire reconnaître la force légale obligatoire de ce que l'on appelait alors « les testaments biologiques ». En 1996, Genève devint ainsi le premier canton romand à adopter une loi sur les directives anticipées. Canton suivi de ceux du Valais, Neuchâtel, Fribourg et Vaud. Enfin, le 1^{er} janvier 2013 est entré en vigueur une nouvelle partie du Code civil relative aux droits de la protection de l'adulte. C'est dans ce cadre que sont dès lors réglementées les directives anticipées.

Après avoir joué un important rôle historique dans l'adoption de cette législation sur ces directives, le Comité d'EXIT a décidé de supprimer la possibilité de recevoir un modèle de directives et la gestion de ces dernières. Cela pour trois raisons.

D'abord et essentiellement parce que, depuis 1998, l'activité principale de l'association et de ses bénévoles est d'aider ses membres à mettre dignement fin à leur jour.

Ensuite parce que notre secrétariat est très, trop souvent occupé à répondre à certains de nos membres qui n'ont pas compris que directives anticipées et assistance au suicide sont, comme nous l'avons vu, incompatibles.

Enfin parce que nos directives sont simples à l'excès, elles sont historiquement datées. Et qu'aujourd'hui, de très nombreuses associations, fondations ou autres institutions ont en quelque sorte

pris le relais d'EXIT. Celles-ci proposent gratuitement des versions beaucoup plus complètes et idoines qui vous permettront d'exprimer clairement vos volontés et de les faire respecter au cas où vous ne seriez plus à même de décider.

Chers membres, nous sommes certains que vous comprendrez le sens de cette décision que le comité a prise après une longue réflexion. Quant à celles et ceux qui ont décidé de rédiger des directives anticipées voire de nommer un représentant thérapeutique, EXIT ne vous « abandonne » cependant pas au bord du chemin. Sur notre site, pour ce faire, vous trouverez des informations juridiques, des conseils pratiques ainsi que de nombreux liens qui vous aideront à réaliser correctement cette tâche.

Pour le Comité
Jean-Jacques Bise
Coprésident





Photo : Miriam Roedel/gas / unsplash.com

RÉFÉRENDUM

Genève : votation populaire pour une fin de vie digne

Le 1^{er} septembre 2023, le Grand conseil a voté l'abrogation de l'article 39A de la Loi sur la santé. Cet article oblige les établissements médico-sociaux (EMS) et les établissements médicaux privés et publics (EMPP) à accepter l'assistance au suicide dans leurs locaux.

Il a été instauré le 24 mai 2018 pour assurer le droit d'un individu de décider de quelle manière et à quel moment sa vie doit prendre fin, conformément à notre Constitution fédérale et à la Déclaration Européenne des Droits de l'Homme.

À l'exemple des lois vaudoise (2013), neuchâteloise (2014) et valaisanne (2022), c'est cette disposition qui permet à EXIT A.D.M.D. de rencontrer et d'assister ses membres dans leur libre décision de mettre fin à leur vie dans la dignité, au sein des EMS et des EMPP.

EXIT A.D.M.D. estime que l'existence de cet article 39A a été garant, depuis son entrée en vigueur, de ce droit.

Supprimer ce soutien revient à prendre le risque d'une régression dans la liberté d'accès au suicide assisté.

Scandalisé par cette décision prise dans la précipitation et en catimini en période estivale, le comité d'EXIT A.D.M.D. Suisse romande a décidé de lancer un référendum contre cette inique abrogation. En un temps record, 15'000 signatures ont été récoltées alors que seules 5'479 étaient nécessaires pour que ce référendum aboutisse, grâce à votre immense soutien.

La votation populaire a été fixée au dimanche 9 juin 2024, et nous comptons à nouveau sur vous : chères et chers membres d'EXIT, Le 9 juin, à la question « Acceptez-vous l'abrogation de l'article 39A de la loi de santé ? », votez et faites voter : NON !



INFORMATIONS PRATIQUES

Assemblée Générale 2024

Nous avons le plaisir de vous inviter à notre Assemblée Générale ordinaire qui se tiendra à Neuchâtel le samedi 15 juin 2024.

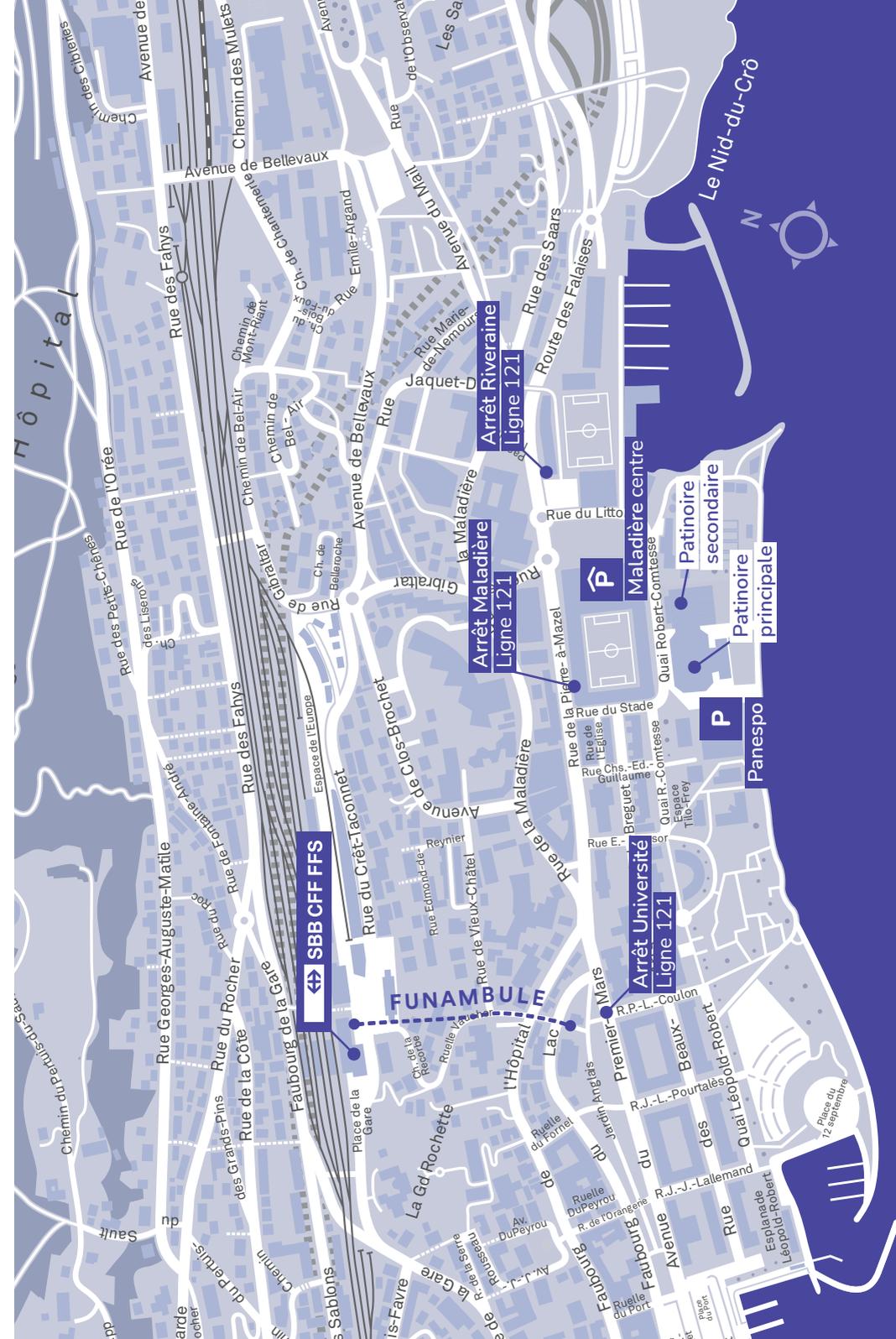
AG réservée
uniquement aux
membres d'EXIT
A.D.M.D.

LIEU Patinoires du Littoral, Quai Robert-Comtesse 4, 2000 Neuchâtel

DATE Samedi 15 juin 2024 à 14h00

ORDRE DU JOUR

- 1 Approbation du procès-verbal de l'Assemblée générale du 10 juin 2023 qui a eu lieu au Théâtre du Crochetan, Monthey. Vous avez reçu ce procès-verbal avec le journal-bulletin N° 79 d'octobre 2023.
- 2 Rapport du comité
- 3 Statistiques 2023
- 4 Rapport du trésorier
- 5 Rapport des vérificateurs des comptes
- 6 Approbation des comptes 2023 et décharge du comité
- 7 Élection du comité
- 8 Cotisation annuelle 2025
- 9 Conférence de l'oratrice Marianna Gawrysiak, gérontopsychologue
- 10 Questions-réponses et divers
- 11 Clôture de l'assemblée générale et annonce du lieu de l'Assemblée générale 2025
- 12 Verre de l'amitié



Informations pratiques

Questions

Les membres qui désirent poser des questions importantes, d'intérêt général, lors de l'Assemblée sont priés de les faire parvenir par écrit au comité d'EXIT A.D.M.D. au moins 15 jours à l'avance.

Représentation

La représentation à l'Assemblée générale est possible. Un membre peut se faire représenter par un autre membre d'EXIT. Le représentant doit pouvoir justifier de ses pouvoirs lors de l'Assemblée générale par une procuration établie en la forme écrite en conformité avec les articles 32 et suivants du Code des obligations. Un représentant ne peut représenter qu'un seul membre.

Contrôle

Étant donné que seuls les membres d'EXIT seront autorisés à participer à cette Assemblée générale, nous procéderons à un contrôle strict à l'entrée. Par conséquent, nous vous prions de vous munir impérativement de votre carte d'identité, ainsi que de votre carte de membre ou de l'enveloppe de la présente convocation.

Verrée

À l'issue de l'Assemblée, nous organiserons, comme d'habitude, une verrée et espérons avoir le plaisir de vous rencontrer.

Accès aux Patinoires du Littoral (voir plan en page 9)

En train

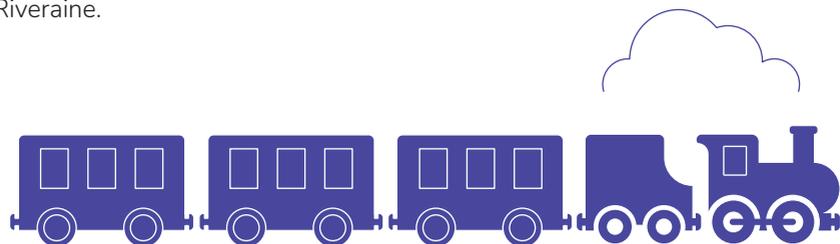
Gare CFF de Neuchâtel.
Prendre le Fun'Ambule, puis 10'
à pied jusqu'aux Patinoires.

En voiture

A5 Sortie Neuchâtel Maladière.
Parking La Maladière-Centre ou
Panespo

En bus

Ligne 121, arrêt Maladière
ou Riveraine.



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

L'invitée : Marianna Gawrysiak, gérontopsychologue

Marianna Gawrysiak est née à Budapest (Hongrie) le 20 octobre 1961. Elle est venue vivre en Suisse en 1983 et a suivi une formation dans les universités de Fribourg et de Genève. Elle a obtenu ses diplômes en neuropsychologie et en gérontologie, devenant ainsi, comme elle aime à dire, une « archéologue de l'âme ».

Engagée en 1989 à l'Hôpital Psychiatrique Cantonal de Marsens (Fribourg), futur RFSM, elle a contribué au développement du secteur de la psychiatrie gériatrique, qui sera son champ de travail prioritaire jusqu'à sa récente retraite.

À l'occasion du 125^e anniversaire de l'hôpital, en 2000, elle a été chargée de créer et d'animer une galerie d'art, Le Vide-poches, une première en Suisse dans un hôpital psychiatrique. Pendant 20 ans, et une centaine d'expositions, la galerie a accueilli des artistes de toute la Suisse romande. Le Vide-poches a permis de créer un pont culturel entre l'hôpital et le monde extérieur en favorisant les échanges entre visiteurs, patients, artistes, familles ; sans tabou ni jugement !

Très impliquée dans l'amélioration des prises en soins thérapeutiques en milieu hospitalier, en EMS et à domicile, notamment pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, elle a fondé, en 1994, la Section fribourgeoise d'Alzheimer Suisse. Pendant dix ans (2011- 2021), elle a créé et animé le premier groupe romand pour jeunes malades Alzheimer, Carpe diem.

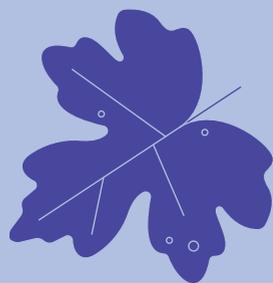
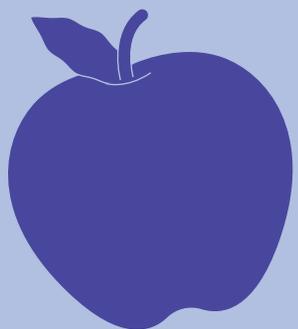


Marianna Gawrysiak
(1961 – Budapest)

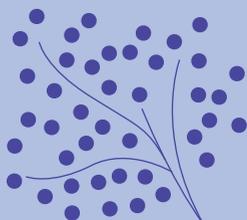
Sa récente retraite ne l'a pas freinée dans ses multiples engagements en faveur de la cause des personnes âgées : elle continue à donner des cours, des conférences, des supervisions pour des associations et des EMS fribourgeois. Elle intervient également comme bénévole auprès de l'EspaceSenior Bulle/La Tour.

Son site Internet : avant-age.ch, créé en 2019, et qui compte aujourd'hui plus de 45'000 lecteurs, propose des réflexions sur un grand nombre de thèmes liés à la vieillesse : la prévention, l'avancée en âge, la maladie d'Alzheimer, l'accompagnement des malades, la vie en EMS, la fin de vie...

Marianna Gawrysiak est aussi l'auteur de L'Avancée en âge (Éditions de l'Aire, 2022), ouvrage rassemblant 28 articles et autant de témoignages de personnalités connues, de plus de 75 ans, ayant répondu au Questionnaire de Marianna sur la vieillesse.



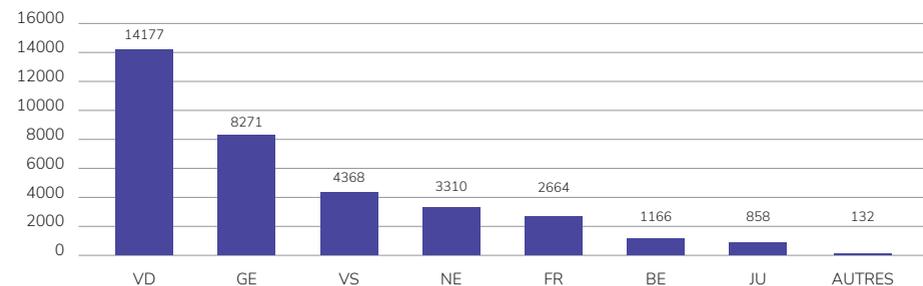
EXIT EN CHIFFRES



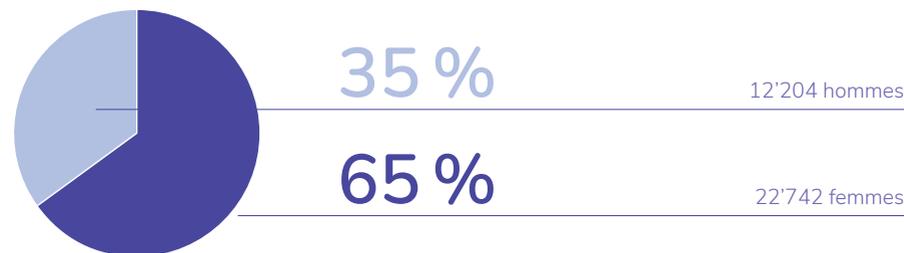
EXIT EN CHIFFRES

Statistiques de l'année 2023

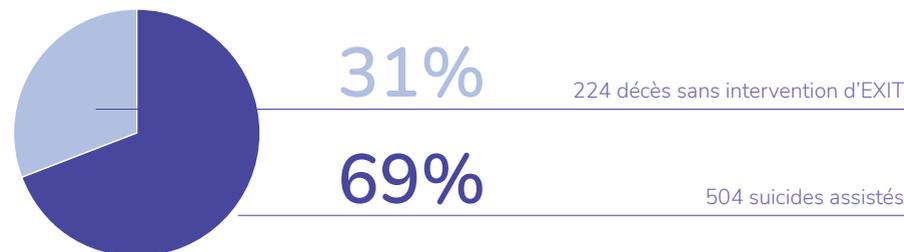
Répartition des 34'946 membres actifs par canton



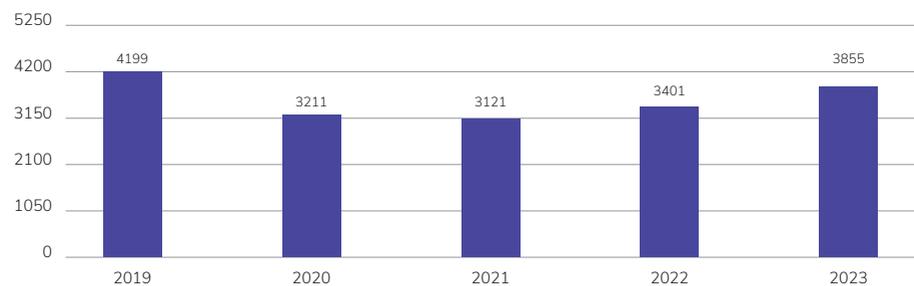
Répartition des membres par genre



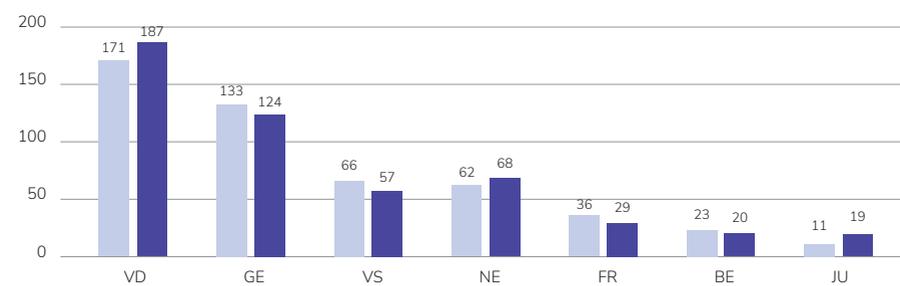
Membres décédés en 2023 avec et sans l'aide d'EXIT



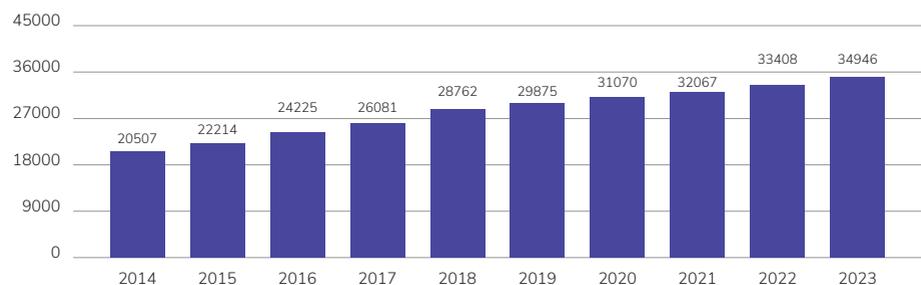
Évolution du nombre d'adhésions de 2019 à 2023



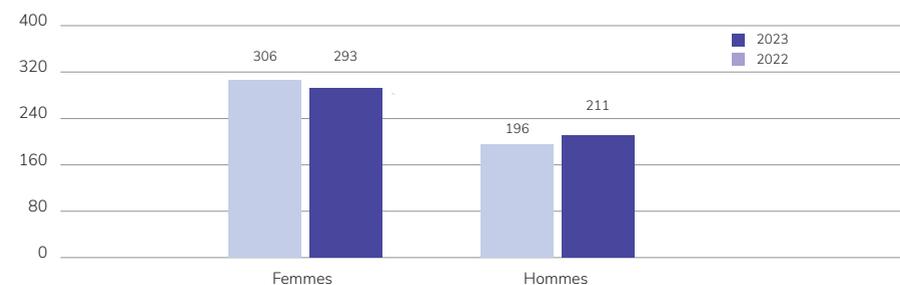
Répartition des assistances par canton en 2022 et 2023



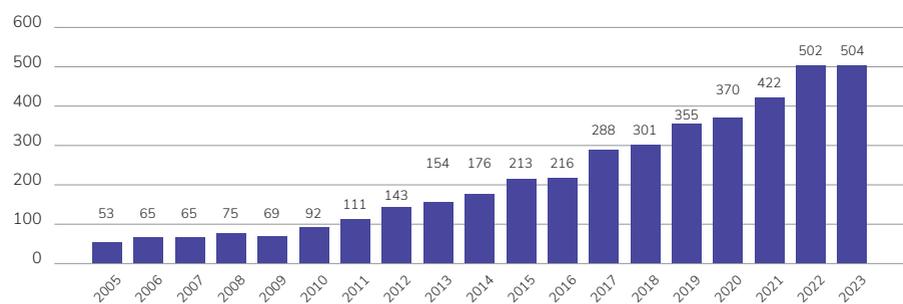
Évolution du nombre d'adhérents de 2014 à 2023



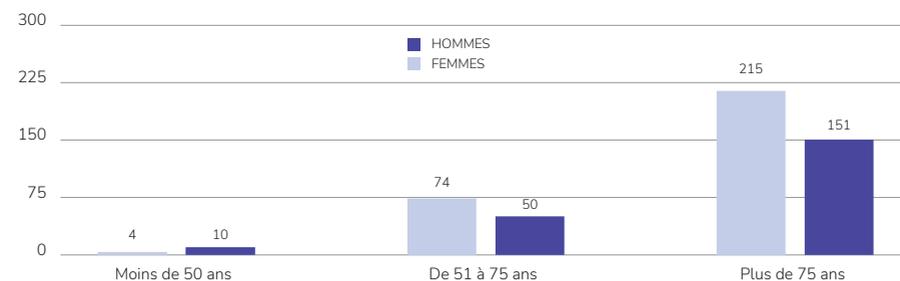
Répartition du nombre d'assistances par genre



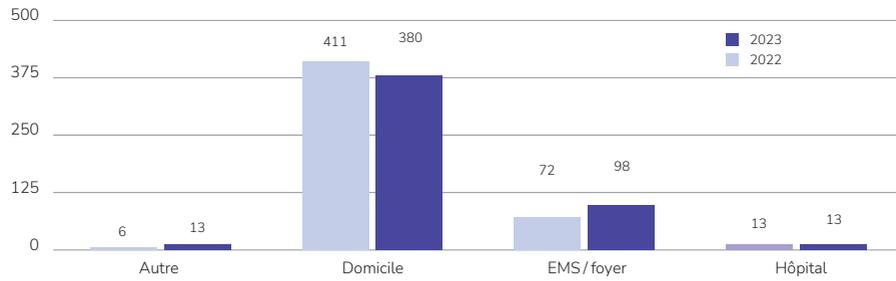
Évolution des assistances EXIT de 2005 à 2023



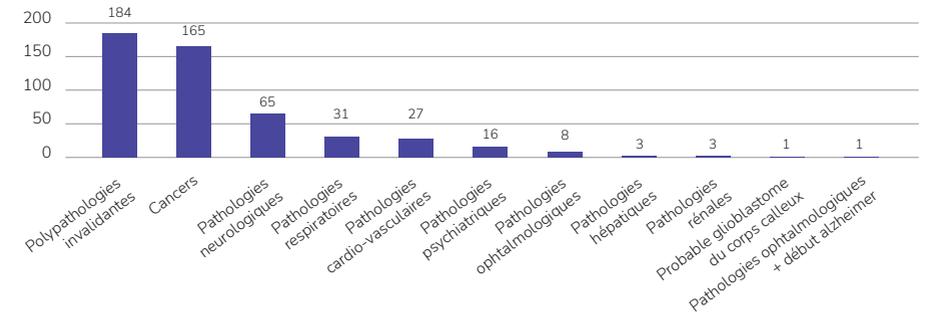
Plages d'âge par genre pour les assistances



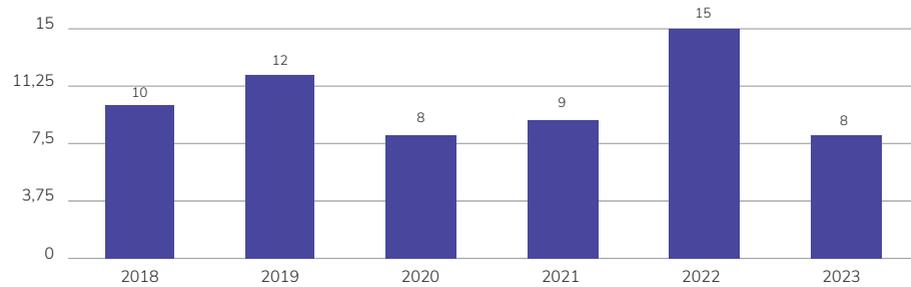
Lieu de décès lors d'assistances



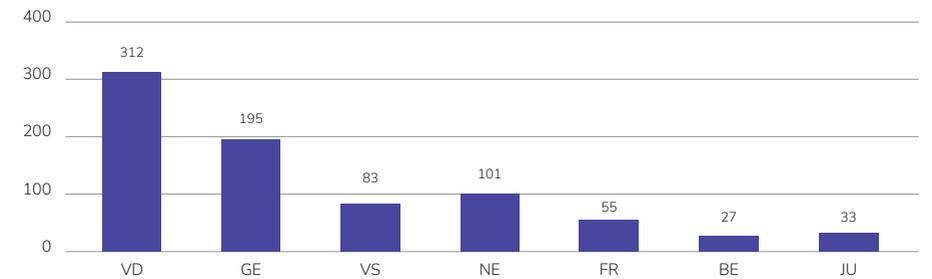
Répartition des assistances par pathologie



Assistances de couples de 2018 à 2023



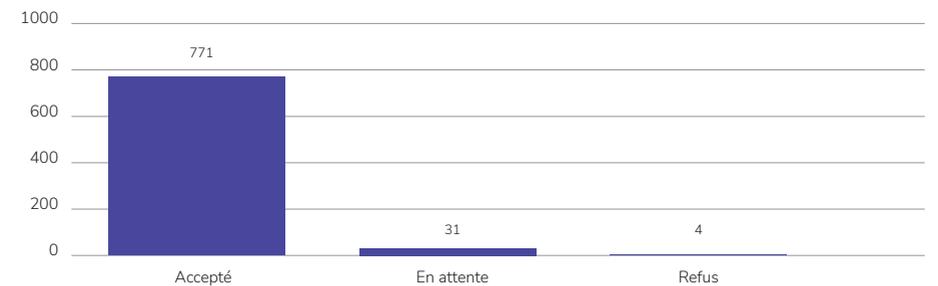
Nombre de dossiers étudiés par canton



Répartition des autodélivrances par canton

	VD	GE	VS	NE	FR	BE	JU	TOTAL GÉNÉRAL
AUTRE	2	5	1	5	0	0	0	13
DOMICILE	144	91	45	46	22	14	18	380
EMS / FOYER	33	24	11	17	6	6	1	98
HÔPITAL	8	4	0	0	1	0	0	13

Traitement des demandes d'assistance



BON À SAVOIR

Nouvelle carte de membre

Les coprésidents et le comité ont décidé que dès l'automne prochain, chaque membre recevra une nouvelle carte de membre « rigide » en PVC.

Celle-ci vous sera envoyée dans le même courrier que votre facture de cotisation 2025.

Nous vous rendons attentifs sur le fait que cette carte ne vous sera envoyée qu'une seule fois, remplacera toutes les précédentes et surtout sera uniquement valable tant que vos cotisations sont à jour.

En cas de perte, un montant de CHF 10.- vous sera demandé pour la remplacer et en cas de vol, celle-ci vous sera délivrée gratuitement sur présentation d'un dépôt de plainte de police.

Nous vous suggérons de conserver cette nouvelle carte de membre dans votre porte-monnaie et de détruire les précédentes.

Enfin, nous espérons que cette carte unique, solide et sur laquelle ne figureront que vos nom, prénom, numéro de membre, dates de naissance et d'adhésion vous satisfera.



REPORTAGE

« Dernier voyage », un article paru dans l'illustré du 13 décembre 2023 (extrait)

Il voulait mourir debout et joyeux. À 82 ans, le Lausannois Michel Germond a fait le choix du suicide assisté, avec EXIT. Entre rires et larmes, « L'illustré » l'a accompagné pendant les trois derniers mois de sa vie.

Au dernier étage d'un petit immeuble lausannois écrasé par la chaleur, un petit homme à l'équilibre précaire attend de pied ferme une visiteuse. À peine Gabriela Jaunin a-t-elle passé la porte du studio que l'octogénaire à la chevelure blanche s'écrie avec enthousiasme : « Oh mon ange, ma libératrice ! » Et il la serre dans ses bras.

Eh oui, Michel Germond se réjouit de la présence de l'accompagnatrice d'Exit, l'association d'aide au suicide assisté, et de ce qu'elle veut dire : accélérer son passage de vie à trépas. « J'ai hâte d'être soulagé, ce n'est plus une vie, c'est un martyre. » Vêtu d'une chemise hawaïenne, cet ancien chauffeur de taxi aux yeux bleu ciel rieurs s'assied

péniblement. Le regard humide – « Je chiale pas, j'ai un problème de canal oculaire ! » – tenant fermement son klee-nex dans une main, il décrit un quotidien devenu insupportable. Les hésitations avant de sortir de l'appartement et les douleurs qui ne le quittent plus. Les efforts inhumains pour parcourir la centaine de mètres qui le sépare de l'arrêt de bus avec une stratégie bancale : allonger le pas au maximum pour en faire moins. Les nuits sans sommeil, épuisantes tant physiquement que moralement. « Dès que je me tourne dans le lit, je pousse des gueulées tellement j'ai mal. Y a rien de drôle, c'est fini. »

« Oh mon ange Gabriela, ma libératrice ! »

À ceux qui lui disent qu'il a pourtant l'air bien, le Lausannois de 82 ans oppose invariablement la même symphonie. « J'ai l'air mais pas la chanson. Faut venir voir dedans. » Et de détailler son CV médical « long comme la Bible » : trois infarctus, un double pontage coronarien, deux hernies discales inopérables et une ablation du côlon avec des complications postopératoires en 2020.

Et puis, il y a deux ans, « la douleur est venue d'un coup. Un matin, je n'ai pas pu me lever. Je suis monté au CHUV, où on m'a diagnostiqué un canal lombaire étroit dégénératif. » S'ensuivent des mois d'infiltrations qui lui « coupent les jambes », sans parvenir à soulager ses douleurs. « À tel point qu'un jour le toubib m'a dit : « On arrête tout. » Quand un médecin du CHUV ne peut plus rien faire pour vous, ça ne sert plus à rien de s'acharner », dit-il d'une lucidité empreinte de simplicité. Fatigué, usé, il l'a décidé : son heure est

venue. Il admet avoir pensé au suicide. « Je voulais sauter du pont à Martigny, mais ça me chicanait de devoir laisser ma bagnole là-bas. Et puis bon, dans mon état décrépi, vous me voyez enjamber la barrière ? » glousse-t-il. C'est avec Exit qu'il mourra. Depuis 2014, le suicide assisté est autorisé pour les polypathologies invalidantes liées à l'âge.

En avril dernier, il contacte l'association, rédige des directives anticipées, une lettre manuscrite demandant l'assistance au suicide et fournit un certificat médical de sa situation de santé attestant également de sa capacité de discernement. C'est la deuxième fois que Gabriela Jaunin vient lui rendre visite. Lors de la première, deux semaines plus tôt, elle lui avait expliqué en détail le déroulement de la procédure de fin de vie, de la prise de penthiobarbital – un puissant barbiturique qui agit sur le système nerveux central, provoque d'abord une somnolence, puis le coma, avant d'entraîner un arrêt respiratoire – à la venue de la police judiciaire et de la médecine légale, le suicide assisté étant encore considéré comme une mort violente. Et enfin, l'arrivée des pompes funèbres à son domicile pour prélever son corps.

Dans ce studio où l'air ne circule pas malgré les fenêtres grandes ouvertes, Michel Germond annonce vouloir en finir le plus rapidement possible, en septembre déjà. « Vous ne vous voyez pas continuer encore un petit peu ? sonde la bénévoles d'EXIT. La chaleur peut accentuer les douleurs. Peut-être vous sentirez-vous un peu mieux cet automne ? » Le Vaudois balaie les objections d'un revers de la main. « Attendre ? Pourquoi ? N'essayez pas de me faire



changer d'avis. Je veux mourir de mon vivant. Et pas crever avec des tuyaux de partout ! » Il poursuit : « J'ai tout fait dans ma vie. De la montagne, du ski, le Mont-Blanc deux fois, de la varappe, les vacances à la mer. Maintenant, c'est foutu, je ne peux plus rien faire de tout ça. Alors on arrête. »

Face à la détermination de l'octogénaire ne reste alors plus qu'à choisir la date et les personnes présentes le jour du grand saut. Ce sera le neveu de Michel, Alain Berchier, Gabriela Jaunin et peut-être Neza, la femme de ménage, devenue une amie proche. « Elle hésite, elle a peur, dit le Lausannois, mais j'aimerais bien qu'elle vienne me tenir la main. »

« La mort, je connais déjà »

Gabriela Jaunin ne sera de retour de vacances qu'à la mi-octobre. Trop tard ? « Pour vous, je peux attendre. Je veux que ce soit vous, ma salvatrice, mon ange Gabriel. »

Michel Germond est un homme d'habitudes. Chaque jour, depuis près de vingt ans, il vient ici, dans son Stamm du quartier de Montchoisi. Il commande

un pichet – de rosé l'été, de rouge dès l'automne – feuillette son 24 heures et bavarde avec les copains du bistrot. Dans sa petite sacoche posée sur la table, il y a toujours deux portemonnaies : « L'un pour l'apéro, l'autre pour la Migros. » Le vieil homme aime faire « des tours avec [sa] bagnole », mais depuis que sa santé décline, il lui préfère les virées en bus, toujours en sens inverse de la marche pour « mieux voir les maisons ». Un moment qu'il résume si joliment et qui dit en filigrane aussi la solitude des aînés : « On voit des gens qu'on connaît, d'autres qu'on ne connaît pas encore. » (...)

LIRE L'ARTICLE EN INTÉGRALITÉ

Magazine « L'illustré » du 13 décembre 2023.

Pour lire l'article en ligne, rendez-vous sur :

<https://www.illustré.ch/magazine/suicide-assiste-le-dernier-voyage-de-michel-667029>



Photo : © Daniele Franco / Unsplash.com

TÉMOIGNAGE

Récit de la famille d'une membre

Aujourd'hui, 9 avril 2023, 78 jours après son départ, assise sur un banc en bois et en face d'une table en pierre... le soleil, la rivière, la neige sur les montagnes en face de moi, ces montagnes valaisannes qui ont été à l'origine de cette aventure qu'a été la vie de Mama adorée, juste l'endroit et le moment parfait pour écrire. Partager avec tous ceux qui pourront lire ce qu'a été pour elle, mais aussi pour nous, les plus proches, cette expérience...

EXIT c'était son choix depuis 2018 quand elle a été diagnostiquée d'un cancer multi-métastatique. La seule chose qu'elle m'a dite : « je ne veux pas, ni pour vous ni pour moi, la souffrance que j'ai vécue avec ma maman (Frieda), ton papa (Hernando), et Cecilia (sa meilleure amie) ». Elle avait entendu parler d'EXIT et m'a demandé pour la première fois de chercher les informations afin de s'inscrire.

Sa force, sa discipline, son amour pour la vie et un accompagnement médical intégratif nous ont donné le cadeau précieux de cinq ans de joie, d'amour, de moments magnifiques au milieu d'une maladie qui, à mon avis, elle-même, s'est retenue de prendre ma maman plus vite. En octobre 2021, lors d'un voyage avec mes trois sœurs, elle est tombée malade avec une pneumonie. Dix jours d'hospitalisation en Espagne et un rapatriement un peu difficile... « C'est le moment de faire les démarches, je veux que tu m'aides pour m'inscrire à EXIT ». Sa maîtrise de la langue française demandait un accompagnement de ma part, donc j'ai pris contact.

Une fois l'inscription faite et le dossier constitué puis validé, l'accompagnatrice d'EXIT est venue pour expliquer à maman comment se passent les étapes et ce qu'il faut savoir. J'ai traduit, au milieu des larmes, car pour moi, malgré le respect envers ma maman et sa décision, c'était très difficile... On parlait de la façon dont ma maman adorée allait partir... Maman... elle était très tranquille, elle m'a caressée de son regard si calme et plein d'amour et m'a dit : « ça va aller, je sais ce que tu ressens, mais ça va aller, je suis en paix. »

C'était son choix, je l'ai compris dès le début, et avec le même amour qu'elle nous a toujours donné, je l'ai accompagnée et soutenue pour faire tout ce qu'il fallait... La date n'était pas encore un sujet, à ce moment-là car le cancer était « contrôlé ». Elle a donc écrit la lettre de sa propre main et nous avons rencontré le médecin prescripteur d'EXIT.

Comme le dossier avait été approuvé, elle était tranquille. Nous avons continué de profiter de la vie qui était toujours rythmée par des contrôles médicaux, traitements, courtes hospitalisations

et autres que nous avons intégrés dans notre quotidien et qui ont été des moments de partage, de solidarité, de douleur mais aussi d'amour et de sourires inoubliables. Elle était autonome, optimiste, forte et amoureuse de la vie comme toujours...

En juillet 2022, on nous a annoncé que la maladie avait reculé et qu'il n'y avait plus de marqueurs des cellules malignes dans son corps... C'était un instant d'espérance, un cadeau, un été rempli de partages avec mes sœurs, ses frères les petits enfants, ses nièces, ses beaux-fils, des amies... Tous en fonction du temps et de la distance... Loin d'imaginer qu'il serait le dernier. La maladie était là, presque respectueuse de ces derniers mois. En novembre, la maladie, silencieusement et lentement, a pris son corps, les douleurs ont commencé à augmenter progressivement...

Je vois aujourd'hui la mort d'une façon différente, nous devrions tous avoir la possibilité de partir, et choisir d'aimer autant et de pouvoir réaliser un acte de générosité envers nous-même et envers nos proches et êtres chers...

Avec sa force d'esprit et les douleurs contrôlées, nous avons fêté Noël et la fin d'année 2022 en famille, comme un adieu, car à ce moment, elle et moi, nous savions ce qui allait se passer...

En janvier, les douleurs sont devenues plus fréquentes et plus difficiles à maîtriser... Une métastase très visible sur son cou rappelait chaque matin la suite, la proximité du cerveau et le risque d'une lésion qui pourrait limiter sa capacité de discernement...

Dès le 5 janvier elle m'a dit très timidement « la date se rapproche » mais pas encore le courage pour la fixer... Le 9 janvier, au milieu d'une forte crise de douleur et mes bras et ceux de ma sœur, elle décrète la date du 27 janvier. Son désir le plus profond était d'être avec ses quatre filles et de revoir ses frères, qui restaient très proches, mais qui habitent à plus de 5'000 km et âgés de 79 et 80 ans... L'évolution de la maladie s'accélère et le 10 janvier, elle avance la date au 19 janvier...

La vie lui a donné ce dernier cadeau, ses frères sont arrivés le 17 janvier avec ma sœur qui a tout fait pour venir avec eux... Dès le 9 janvier, le décompte a commencé, elle parlait tranquillement toujours de son départ – mon autre sœur l'a accompagnée avec la foi qui a toujours guidé sa vie - de ce qu'elle voulait ou pas après son décès : ses cendres, le discours, la cérémonie, les habits... J'ai dû prendre un cahier pour tout noter, elle était inquiète que j'oublie toutes ses indications... Nous avons même rigolé parfois... maman était une femme magnifique, joyeuse, toujours souriante, aimée par tous ceux qui ont pu la connaître, mais elle était aussi une femme réaliste et pragmatique quand il le fallait... Profondément sensible et amoureuse de la vie, ses souvenirs, ses histoires de vie étaient toujours remplis de magie, même dans les moments difficiles de sa vie... Pas de regret.

Ces derniers jours elle a pris le temps avec chacun pour dire « adieu »... Elle nous a laissé aussi lui exprimer tout l'amour et la gratitude qu'elle méritait. Nous ne pouvions que respecter et admirer sa force, son courage, sa paix et sa générosité de chaque instant,



Photo : © Priscilla Du Preez / Unsplash.com

qui nous ont inspirés pour l'accompagner dans sa décision avec beaucoup d'amour.

La mort est toujours si douloureuse, maman était mon amie, ma complice, ma compagne d'aventure, de voyage, de petit-déjeuner, de dîner, du petit café avec des « pandeyucas », du bricolage, du jardin, de la déco, des heures à rire ensemble, mais aussi à pleurer...

Et autant de choses et de moments... C'était un honneur pour moi de l'accompagner et de l'aider avec toutes ces démarches avant son départ.

J'ai pleuré, oui, avant et après, parfois seule, parfois avec elle ; c'est triste, oui ; c'est très douloureux, oui ; c'est frustrant, oui ; mais c'est aussi un cadeau... Je vois aujourd'hui la mort d'une façon différente, nous devrions tous avoir la

possibilité de partir, et choisir d'aimer autant et de pouvoir réaliser un acte de générosité envers nous-même et envers nos proches et êtres chers...

Ma maman était catholique, et sa foi l'a accompagnée tout sa vie, elle me disait « Il, Jésus et Elle, Marie, m'ont pris par la main ». Recevoir la communion et la sainte onction avant son départ, accompagnée par le prêtre et nous, lui a donné beaucoup de paix...

Les jours, les heures, les minutes, se sont raccourcis, pas assez pour les bisous, les câlins que nous aurions voulu lui faire... Son dernier souffle... « Adieu, je vous adore mes filles. »

À ses pieds, tous encadrés par la grande fenêtre qui était en fait l'accès au balcon duquel elle regardait ce paysage qui l'a toujours captivée, et d'où elle nous a envoyé des cartes postales qui nous ont fait désirer la vue que vivaient nos ancêtres, ce paysage hivernal de sa Suisse, qu'elle aimait tant, accompagnée de ses quatre filles pour qui elle a vécu et tout donné, et ses deux frères dont elle était la princesse quand elle était petite, parce que papa disait « ici la reine est maman », mais mon frère et moi nous le savions, notre petite sœur, elle a été toujours la reine, il faisait ce qu'elle disait, point final.

Ensemble, tous dans un seul câlin, serrés dans une étreinte d'amour généré par son charisme de mère et de sœur en l'accompagnant, en l'adorant et prenant soin d'elle comme d'un trésor que la vie nous a donné... C'était le jour, c'était l'adieu, il anticipait la réalité de tout, avec sa famille adorée, d'autres anges faisaient partie du moment, la foi qui guidait sa vie, le médecin, et l'accompagnatrice d'EXIT.

C'était un ange qui nous accompagnait en silence dans la prière finale, c'était le nom à dire de la bouche de la reine qui, dans son bon sens, annonçait sa dernière phrase.

Mais c'était l'acte héroïque, unique, que peu feraient... Interrompt le saint chapelet et avec le courage que nous voudrions, prononce le nom de la Sainte Vierge.

Puis, calmement, elle relâcha la pince qui empêchait le passage au voyage sans retour.

Le claquement de la pince en libérant la mort a été suivi de ses mots calmes ornés de son beau sourire : « Calme, tout va bien », cinq secondes plus tard la lumière a quitté ses yeux bleus qui illuminaient nos vies, et la main de sa fille les a fermés à notre douleur, mais aussi dans la grâce d'avoir participé à un acte de courage sans pareil.

Elle ne méritait pas de souffrir, sa gentillesse et son amour étaient au nord de sa vie, alors elle a dit au revoir, alors nous l'accompagnons.

Tu seras toujours dans nos pensées avec les meilleurs souvenirs.

Avec mon frère, nous resterons tes sujets comme nous l'avons été toujours, avec tout notre amour.

Repose en paix petite sœur.

Sa famille

MOT DU SECRÉTARIAT

En cas de déménagement...

Chers membres, s'il-vous-plaît, si vous déménagez, faites-nous parvenir votre nouvelle adresse, que ce soit :

- **Par mail** : info@exit-romandie.ch
- **Par téléphone** : 022 735 77 60,
- En complétant et en nous retournant le **formulaire** « changement d'adresse » qui se trouve à la fin de chaque journal semestriel
- Ou par **courrier** à l'adresse :

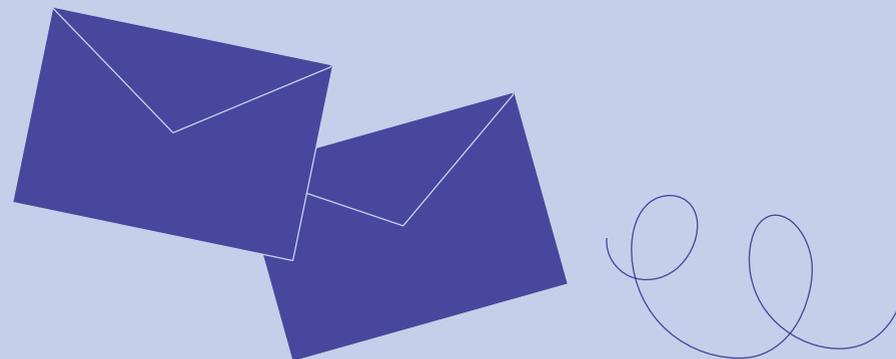
*EXIT A.D.M.D. Suisse romande
Ch. Frank-Thomas 80
1208 Genève*

En effet, après chaque envoi (convocations à l'assemblée générale, factures), nous recevons un grand nombre d'enveloppes en retour avec la mention « destinataire introuvable à l'adresse indiquée ».

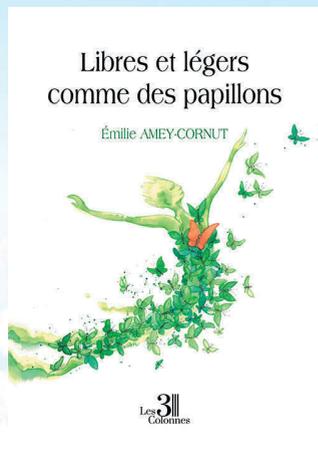
Hormis le fait que nous envoyons des courriels au moyen de l'adresse mail en notre possession et tentons de contacter ces membres par téléphone, il nous est par contre impossible de retrouver des personnes qui ont déménagé en EMS, car elles ne figurent plus dans l'annuaire.

Nous sommes donc contraints par la force des choses de démissionner ces membres « injoignables ».

Par avance, merci chers membres de nous aider à vous aider !



DOSSIER DE PRESSE



Émilie AMEY-CORNUT
Libres et légers comme des papillons
 Témoignage sur l'assistance au suicide

ISBN : 979-10-406-0517-1
 Format : 15 x 21 cm — 124 pages
 Prix de vente : 13,50 €

Commande libraires : **DILICOM**

HACHETTE Livre Distribution

Tel. : 01 30 66 24 40

Fax : 01 39 26 47 02



Acheter en
 librairie
 de proximité

QUATRIÈME DE COUVERTURE

Le suicide assisté ou encore l'euthanasie est un sujet très controversé qui éveille la curiosité dans notre société.

Au-delà des débats éthiques et politiques, que se passe-t-il réellement au cœur de l'humain dans ces situations ? Que vivent les soignants et les familles ?

Avec légèreté, Émilie met en lumière ces instants de vie qui subsistent malgré la mort.

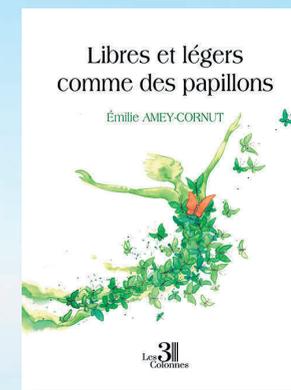
Contact Presse et libraires : communication@lestroiscolonnes.com

Libres et légers comme des papillons

Émilie AMEY-CORNUT

En Suisse, le suicide assisté est autorisé. Émilie est infirmière et accompagne les malades dans cette étape. Sans jugement et au plus près de la réalité, elle a souhaité parler de sa pratique afin de la rendre plus humaine, sans pour autant – et c'est important – la banaliser.

« Mon rôle infirmier dans cette pratique peut questionner et susciter quelques réflexions tout à fait pertinentes. Pour ma part, j'y vois une manière de prendre soin de l'humain dans son entier, selon son désir et jusqu'au bout de son chemin. Au sein de notre société, la mort reste un sujet délicat et tabou qui n'est pas aisément abordé. Pourtant, dans la mort il y a de la vie et vous le ressentirez en lisant ces 12 récits. »



Extrait...

Claude a commis la maladresse de laisser des documents de demande d'assistance au suicide sur le bureau. Christine les a découverts par hasard, surprise pour ne pas dire choquée mais trop bienveillante et aimante pour en vouloir à son mari. Elle est au travail ce matin et sait que je rencontre Claude aujourd'hui.

Ce matin, il évoque sa conception de la vie, de l'existence des humains et en mimant une longueur avec ses mains, il me dit : *quand on voit ce que représente notre existence, par rapport aux millénaires qui nous ont précédés et ceux qui viendront, on est quoi ? Mieux vaut en profiter et faire de ces instants un concentré de vie.*

Avec Claude, la bonne humeur est au rendez-vous et visiblement, il n'est pas prêt à laisser la maladie grignoter les étincelles de vie qui l'animent et qu'il partage aujourd'hui avec moi. L'art de tourner la vie en dérision pour alléger les difficultés, gommer les imperfections. Une façon peut-être de maquiller sa grande sensibilité. Très ému et admiratif lorsqu'il évoque son épouse : *Avec ma femme, je suis milliardaire.*

Editions Les 3 Colonnes

72 rue du Faubourg Saint-Honoré—75008 PARIS

01 88 33 87 59 - communication@lestroiscolonnes.com

www.lestroiscolonnes.com

Formulaires et renseignements

L'assistance au suicide

Critères d'acceptation

La personne effectuant une demande d'assistance au suicide auprès d'EXIT Suisse romande doit remplir chacune des conditions suivantes :

- Être membre de l'association.
- Le domicile principal doit être établi sur territoire suisse. Il ne suffit pas d'y séjourner ou d'y être accueilli, mais les papiers doivent être officiellement déposés dans la commune de résidence.
- Être majeur, donc avoir 18 ans révolus.
- Disposer de sa capacité de discernement.
- Être atteinte soit d'une maladie incurable, soit de polypathologies invalidantes liées à l'âge.

Comment demander une assistance au suicide ?

Il faudra tout d'abord contacter le secrétariat de l'association, afin d'obtenir la « lettre de procédure » dans laquelle nous vous demanderons deux documents.

Vous pouvez contacter le secrétariat, soit :

Par écrit : EXIT A.D.M.D. Suisse romande,
Chemin Frank-Thomas 80, 1208 Genève
Par téléphone : au +41 22 735 77 60
Par e-mail : à l'adresse info@exit-romandie.ch

Adhérer à EXIT Suisse romande

Formulaire
à découper

Par courrier : envoyer ce bulletin découpé à l'adresse suivante :
EXIT A.D.M.D. Suisse romande,
Chemin Frank-Thomas 80, 1208 Genève
Par fax : au +41 22 735 77 65
Par e-mail : à l'adresse info@exit-romandie.ch
Par Internet : Vous avez la possibilité d'adhérer directement sur notre site internet en remplissant le formulaire : <https://exit-romandie.ch>

- Je souhaite recevoir gratuitement et sans engagement la documentation d'EXIT A.D.M.D. Suisse romande, en vue d'une éventuelle adhésion

Titre (Mme/M.) :

Nom :

Prénom :

Adresse :

N° postal : Lieu :

Téléphone :

Date : Signature :



Changement d'adresse

Important

Envoyez-nous le plus rapidement possible votre changement d'adresse, au risque d'être radié, si nous n'avons plus d'adresse valable. Après un délai d'un an, la poste ne fait plus suivre les courriers qui ont fait l'objet d'un changement d'adresse. Concernant les personnes en EMS, elles deviennent introuvables, puisqu'elles ne figurent plus dans l'annuaire.

Nous aviser si vous changez d'adresse

Par courrier : envoyer ce bulletin découpé à l'adresse suivante :

EXIT A.D.M.D. Suisse romande,
Chemin Frank-Thomas 80, 1208 Genève

Par fax : au +41 22 735 77 65

Par e-mail : à l'adresse info@exit-romandie.ch

Par Internet : remplissez le formulaire sur <https://exit-romandie.ch>

Titre (Mme/M.) :

Nom :

Prénom :

Membre N° :

Adresse :

N° postal

Lieu :

Téléphone :

Date :

Signature :



Commande de documents

N'hésitez pas à nous demander des documents

Par courrier : envoyer ce bulletin découpé à l'adresse suivante :

EXIT A.D.M.D. Suisse romande,
Chemin Frank-Thomas 80, 1208 Genève

Par fax : au +41 22 735 77 65

Par e-mail : à l'adresse info@exit-romandie.ch

Par Internet : remplissez le formulaire sur <https://exit-romandie.ch>

Cocher une ou plusieurs cases. Je désire recevoir :

- Une nouvelle carte de membre
- Un bulletin QR pour un don

Titre (Mme/M.) :

Nom :

Prénom :

Membre N° :

Adresse :

N° postal

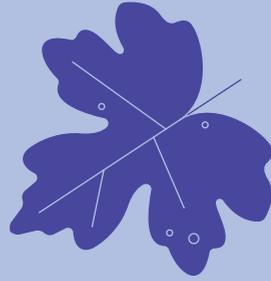
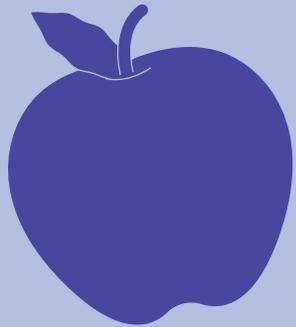
Lieu :

Téléphone :

Date :

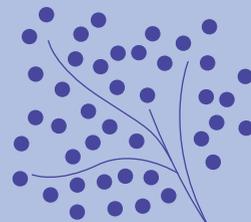
Signature :





MERCI

à toutes les personnes
qui ont fait un don en faveur
de l'association !



Renseignements importants

Faire un don à l'association

Compte postal exclusivement pour les dons :

CCP : 14-909752-1 IBAN : CH79 0900 0000 1490 9752 1

Plusieurs possibilités s'offrent à vous pour faire un don :

- Effectuer directement un virement sur le compte postal ci-dessus
- Demander un bulletin QR au secrétariat.

Paieement annuel de la cotisation

Compte postal exclusivement pour le paiement des cotisations :

CCP : 12-8183-2 IBAN : CH78 0900 0000 1200 8183 2

Consignes pour le paiement de la cotisation :

- Attendre l'arrivée de la facture de cotisation annuelle.
- Un bulletin QR par personne.
- Merci de n'utiliser que le bulletin QR de la facture annuelle.

Facture annuelle de cotisation

Fin octobre/début novembre, vous recevrez les documents suivants :

- le bulletin semestriel
- la facture annuelle concernant la prochaine cotisation avec échéance au 31.12 de l'année en cours

Les membres du Comité

Présidence



Gabriela Jaunin
coprésidente



Jean-Jacques Bise
coprésident



Romano La Harpe
vice-président

Membres entrants



Luc Henchoz



Elizabeth Liebscher

Membres (par ordre alphabétique)



Sandra Burkhardt



Louis Gelin
trésorier



Michel Jeanneret



Maryse Jornod



Ralph Le Dinh



Dr Jérôme Sobel



Gabriel Winkler

Contact

Permanence téléphonique

Le secrétariat de l'association répond à vos appels aux horaires suivants :

lu	10h – 12h	14h – 16h
ma-ve	9h – 12h	14h – 16h

Tél. +41 22 735 77 60
Fax +41 22 735 77 65

Contact

EXIT A.D.M.D. Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité
Siège pour la Suisse romande, Chemin Frank-Thomas 80, 1208 Genève

E-mail : info@exit-romandie.ch
Site internet : <https://exit-romandie.ch>

Compte postal exclusivement pour le paiement des cotisations :

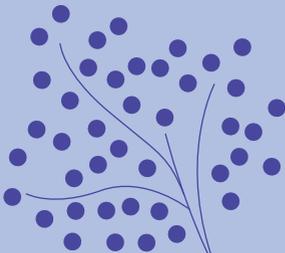
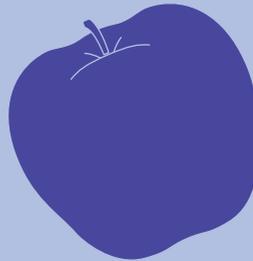
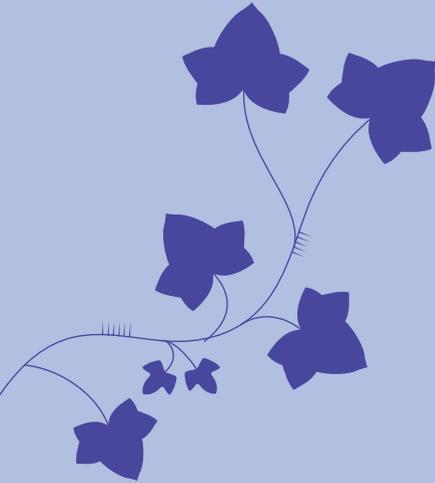
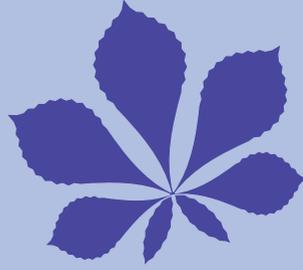
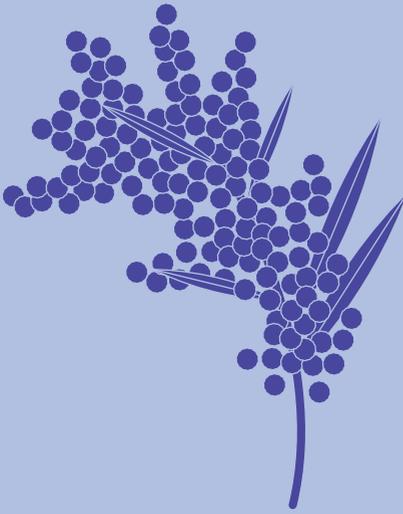
CCP : 12-8183-2
IBAN : CH78 0900 0000 1200 8183 2

Compte postal exclusivement pour les dons :

CCP : 14-909752-1
IBAN : CH79 0900 0000 1490 9752 1

IMPRESSUM

Bulletin N° 80, avril 2024
Parution 2 fois par an
Tirage 26'000 exemplaires
Relecture Le secrétariat
Imprimeur Coprint, Plan-Les-Ouates



EXIT A.D.M.D. Suisse romande
Association pour le Droit
de Mourir dans la Dignité