



Guión para planificar el propio funeral

Planificar el propio funeral es concretar lo que podríamos denominar nuestros deseos funerarios, es decir, las elecciones, decisiones y reflexiones personales que nos gustaría que se respetaran después de fallecer. Estos deseos van desde el guión de la ceremonia funeraria hasta todos aquellos datos personales que faciliten la gestión del cuerpo fallecido.

Estar preparado es uno de los mayores regalos que podemos hacer a nuestros seres queridos más cercanos. Haber dejado instrucciones claras evita el estrés de la complejidad emocional del momento. Este guión es sintético y a modo de plantilla para inspirar.

Nombre de la persona

Fecha nacimiento

Familiares directos (de matrimonio, hijos, otros familiares)

Amigos:

Testamentos

<input type="checkbox"/>	Testamento notarial respecto a definir el destino de las pertenencias
<input type="checkbox"/>	Documento de Voluntades Anticipadas (testamento vital para definir el trato médico que queremos recibir o no)
<input type="checkbox"/>	Documento de últimos deseos (documento sin validez legal pero que permite dejar constancia de cómo queremos que sea nuestra ceremonia fúnebre; importante dialogarlo con los seres queridos)

Donación de órganos 'fbœc'g]'g'Y'a i Yf'Yb'i b'\ cgd]HJŁ

Definir qué tipo de órganos queremos donar para uso médico en el caso que nuestro estado fisiológico lo permita (esta opción no es compatible con la donación del cuerpo a la ciencia)

<input type="checkbox"/>	Ojos	<input type="checkbox"/>	Riñones
<input type="checkbox"/>	Higado	<input type="checkbox"/>	Corazón
<input type="checkbox"/>	Otros	<input type="checkbox"/>	

Tratamiento postmortem

<input type="checkbox"/>	Limpieza mínima sanitaria
<input type="checkbox"/>	Acondicionamiento estético (maquillaje, peinado)
<input type="checkbox"/>	Prohibido realizar cualquier sustitución de líquidos corporales o viscerales (tanatopraxia)
<input type="checkbox"/>	Colocar sustancia de conservación transitoria no invasiva (Bio Sac 200 o similar acreditado como ecológico)

Inhumación / cremación / donación a la ciencia

<input type="checkbox"/>	Inhumación en el cementerio:
<input type="checkbox"/>	Nicho/tumba. Fecha contrato y cementerio/Alquiler 2 años
<input type="checkbox"/>	Cremación programada (tras la ceremonia en tanatorio o iglesia). Crematorio de
<input type="checkbox"/>	Cremación directa (recogida en el lugar de deceso y llevado al crematorio, sin alquiler de tanatorio ni ceremonia) Crematorio de
<input type="checkbox"/>	Donación a la ciencia. Fecha / Universidad o centro

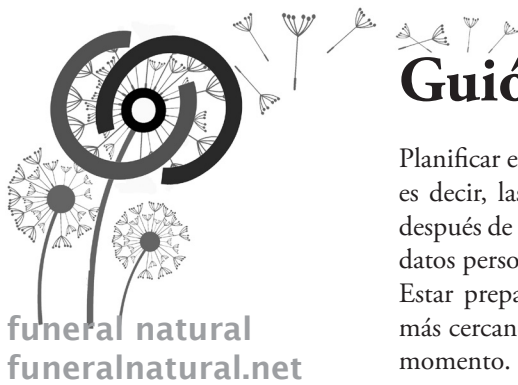
Conservación / Dispersión de cenizas

<input type="checkbox"/>	Cenizas a conservar en el columbario de
<input type="checkbox"/>	Dispersión de cenizas en la naturaleza (lugar escogido)
<input type="checkbox"/>	Ceremonia a celebrar en (tras la cremación directa)
<input type="checkbox"/>	Cremación directa (recogida en el lugar de deceso y llevado al crematorio, sin alquiler de tanatorio ni ceremonia) Crematorio de

Momentos finales, la vela y la ceremonia fúnebre

<input type="checkbox"/>	Acompañado por la doula de la muerte:
<input type="checkbox"/>	Vela en casa
<input type="checkbox"/>	Vela en tanatorio de:
<input type="checkbox"/>	Servicio de catering ecológico
<input type="checkbox"/>	Ceremonia fúnebre en tanatorio de*
<input type="checkbox"/>	Ceremonia religiosa en iglesia o similar. Lugar:
<input type="checkbox"/>	Ceremonia laica fuera de tanatorio (sólo si es sin cuerpo presente en el ataúd). Lugar:...

*Quiero como celebrante a:



Guión para planificar el propio funeral

Planificar el propio funeral es concretar lo que podríamos denominar nuestros deseos funerarios, es decir, las elecciones, decisiones y reflexiones personales que nos gustaría que se respetaran después de fallecer. Estos deseos van desde el guión de la ceremonia funeraria hasta todos aquellos datos personales que faciliten la gestión del cuerpo fallecido.

Estar preparado es uno de los mayores regalos que podemos hacer a nuestros seres queridos más cercanos. Haber dejado instrucciones claras evita el estrés de la complejidad emocional del momento. Este guión es sintético y a modo de plantilla para inspirar.

Ataúd y/o urna cineraria

	Ataúd. Modelo	
	Ataúd. Cremación. Modelo	
	Ataúd de cartón. Modelo	
	Ataúd homologado propio	
	Urna cineraria biosolube. Modelo	
	Urna cineraria noble. Modelo	

Ornamentos florales

	Corona de flores y otros ornamentos convencionales
	Corona de flores con planta viva (tipo The Green Memory de Limbo) Ataúd de cartón. Modelo
	Sólo planta viva en tientos reciclables
	Ramo de flores secas
	Ramo de flores de temporada, de cultivo ecológico y de jardinería local
	Sin ornamentos florales. Poner bandera de o tapiz:

Acompañamiento musical

	Con música en vivo. Grupo instrumental:
	Música de fonotca. Piezas musicales que queremos
	Pieza y momento:
	Pieza y momento:
	Pieza y momento:
	Textos / poemas a leer (especificar en hoja a parte y personas que deben leerlos)
	Texto/Poema de leído por y momento
	Texto/Poema de leído por y momento
	Texto/Poema de leído por y momento
	Otras personas que deberían intervenir con palabras propias

Transporte fúnebre

	Vehículo funeraria híbrido/ eléctrico
	Vehículo funerario, Modelo:
	Vehículo no convencional. Carroza, bicicleta, etc.
	Porteo del féretro por allegados. Especificar personas:

Recordatorios

	Estampilla impresa	Foto y texto que que queremos
	Immaterial	Semillas () Planta viva ()
	Digital	Web () App ()
	Gesto personal	Contribución a una ONG ()
	Esquela en diario	Especificar texto
	Familiares y personas a ser notificadas	Especificar lista (teléfonos y mails de contacto)
	Extracción de ADN	Muestra bioactiva para futuros análisis
	Joya para conservar el ADN.	Asegurarse que la muestra conservará su bioactividad en un futuro

Comparta sus últimos deseos

Comparte pues con familiares y amigos esta decisión. Recoge sus comentarios y recomendaciones si los hay. Déjalo por escrito. Piensa un diseño para la portada del documento.

Otras formas de transmitir nuestros deseos finales a los seres queridos:

- Realizar una grabación de voz o video que describa sus deseos.
- Contratar con una funeraria que acepte el plan de funeral del contratante.

Otras opciones

Si dispones de una póliza de decesos con la empresa aseguradora..... numero de póliza (adjunta las condiciones de la misma). Asegúrate que respetarán la elección de productos y servicios que te interese.

Deja un depósito bancario. Si es el caso: con el banco (especificar)

Contactar con..... (adjuntar contrato)

Guarda toda esta documentación de la planificación funeraria (especifica el lugar donde la conservas y en que formato o que se pueda identificar. Se ubica en.....)