



OSONS **L**ES **D**ERNIERS
Jours heureux

GUIDE

**PARCOURS
DES DERNIÈRES
VOLONTÉS**

2023



Qu'est-ce que vous trouverez dans ce guide ?

Vous avez décidé de participer à des ateliers sur la programmation 2023, et nous vous remercions pour votre confiance.

Ce guide vise à vous soutenir dans vos réflexions et votre cheminement en lien avec les ateliers proposés.

Vous trouverez des informations sur la démarche d'Osons les Derniers Jours Heureux et l'équipe qui a travaillé à l'élaboration de ce cycle d'ateliers.

Vous avez ensuite quelques éléments de définition, des liens vers des sites, et des ressources autour des thèmes suivants :

- > Les directives anticipées
- > Les volontés funéraires
- > Transmission de patrimoine
- > Spiritualité laïque
- > Cérémonie funéraire

Pourquoi ce parcours ?

Qu'est ce que c'est ?

Nous proposons un cycle d'ateliers gratuits, animés par des professionnels, destinés aux plus de 60 ans en Sud Gironde, autour de thèmes tels que les soins palliatifs, les pompes funèbres et leur rôle, construire sa cérémonie, quelle dernière demeure ? Ma succession... etc...

Notre objectif est de permettre de libérer la parole sur un sujet difficile, informer le grand public sur des dispositions et des métiers parfois peu connus, et ainsi permettre 100% de choix éclairés en ce qui concerne la fin de vie.

Un parcours piloté par une équipe professionnelle



AUCHARLES Stella

Coordinatrice du Pole Ressources Lou Vesin.

Animatrice socioculturelle.

Coordination, mobilisation des publics cibles pour le parcours



BENDJEBBAR Pauline

Ingénieure de recherche en innovation sociale pour la coopérative Syprès.

Coordination, documentation et animation Lab



BLONDON Clémentine

Formatrice et accompagnante des personnes en fin de vie, elle est aussi fondatrice de l'association Couleur Plume.

Coordination, animation et intervenante sur le parcours



GUILHEM Audrey

Psychologue clinicienne spécialisée en gériatrie et santé publique au sein du Pôle ressources Lou Vesin.

Coordination, animation et intervenante sur le parcours

La démarche Osons Les Derniers Jours Heureux (OLD JH)

Aujourd'hui la mort reste un déni trop important dans notre société. Pourtant, elle nous touche tous, parce que nous allons tous mourir un jour et parce que nous vivons tous des deuils de notre vivant. Aussi, s'intéresser à la question de la mort, c'est s'occuper de cette question de son vivant, c'est accompagner ceux qui vivent leurs derniers jours et ceux qui restent.

Face à ce déni, l'idée de créer **une fabrique territoriale des derniers jours heureux** a émergé. Cette fabrique est une démarche collaborative à l'initiative de la coopérative Syprès dans le cadre de son axe Recherche et Développement (R&D), et du Pôle Ressources Lou Vesin de l'EHPAD Airial de Biron (ADGESSA).

Elle vise à créer des espaces collectifs de recherche et d'innovation, afin de cerner les besoins du territoire, se former, expérimenter et ainsi innover socialement. Elle s'adresse aux citoyens, seniors, jeunes, mais aussi aux professionnels, aux élus, et collectivités. La fabrique propose de travailler le sujet de la mort avec un approche globale où la mort est considérée dans sa globalité : avant, pendant et après un décès.

L'ambition de demain est de vivre sur un territoire où chacun et chacune peut faire 100 % de choix éclairés en ce qui concerne sa fin de vie.

Les directives anticipées

Qu'est ce que c'est ?

La directive anticipée est un document écrit, daté et signé par lequel une personne rédige ses volontés quant aux soins médicaux qu'elle veut ou ne veut pas recevoir dans le cas où elle serait devenue inconsciente ou elle se trouverait dans l'incapacité d'exprimer sa volonté.

Pour avoir plus de précisions vous pouvez vous rendre sur le site du gouvernement :

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F32010>

Vous trouverez un modèle à remplir en ligne.

Pourquoi les préparer ?

Les directives anticipées vous permettent, en cas de maladie grave ou d'accident, de faire connaître vos souhaits sur votre fin de vie, en particulier sur les points suivants :

- > Limiter ou arrêter les traitements en cours
- > Être transféré en réanimation si l'état de santé le requiert
- > Être mis sous respiration artificielle
- > Subir une intervention chirurgicale
- > Être soulagé de ses souffrances même si cela a pour effet de mener au décès

Notaire

Le rôle du notaire

Le notaire est un officier public, intervenant dans l'ensemble des domaines du droit (famille, immobilier, patrimoine, entreprises, rural...). Il a le pouvoir d'authentifier les actes. Il constate ainsi officiellement la volonté exprimée par les personnes qui les signent et s'engage personnellement sur le contenu et sur la date de l'acte.

Pourquoi rédiger un testament ?

Le testament est un écrit par lequel une personne prend des décisions et précise ses volontés pour la période qui suivra son décès. Par testament, il est possible de :

- > Organiser la transmission ou la répartition de son patrimoine et désigner les bénéficiaires ;
- > Désigner un ou plusieurs exécuteurs testamentaires chargés de veiller à la bonne exécution de ses dernières volontés ;
- > Régler des questions personnelles : indiquer la personne qui aura la charge de prendre soin de ses enfants en cas de décès alors qu'ils sont encore mineurs.

Autres formes de testament ?

Le testament mystique :

Il présente l'avantage de rester secret. Son auteur le remet à son notaire dans une enveloppe fermée, en présence de deux témoins. Il est le seul à en connaître le contenu. Dès lors, le notaire ne peut pas vérifier son efficacité juridique. C'est l'inconvénient majeur de cette forme de testament, et qui explique qu'il est rarement utilisé.

Le testament olographe : le plus répandu. Document écrit, daté et signé de la main du testateur, il est donc peu coûteux. Il peut parfois donner lieu à contestation (voire à annulation) quand il n'est pas rédigé avec l'aide d'un juriste spécialisé.

Récit de vie

Définition

Le récit de vie est la narration d'une personne de sa propre histoire. Il suppose alors une interaction entre celui ou celle qui raconte et cet autre qui écoute ce récit.

Pourquoi s'intéresser aux récits de vie ?

L'intérêt du récit de vie, lorsque l'on questionne sa propre finitude, est multiple. Il peut en effet répondre à un besoin de se raconter. Faire le bilan de sa vie, "préparer ses valises", faire du tri dans son histoire et se sentir au clair avec celle-ci peut soulager les angoisses de mort.

Le récit de vie est aussi un soutien à la relation entre une personne et son proche. Il est alors un outil au service d'une rencontre. Il permet de faire le lien entre le narrateur et celui qui écoute.

Enfin, le récit de vie est un support qui fait trace de son histoire personnelle, inscrite dans une histoire familiale. Il peut donc être transmis comme un héritage et peut revêtir différentes formes: autobiographie, mémoires, journal, format écrit, vidéo, audio, artistique...

Cérémonie funéraire

Définitions

Le mot funérailles concerne l'ensemble des cérémonies et rituels entourant un décès et menant à la disposition du cadavre.

Le terme obsèques désigne en particulier la cérémonie et le convoi funèbre en honneur d'un défunt.

La cérémonie est le moment où les proches et la communauté réalisent un dernier hommage et un adieu au défunt.

Religieuses, mixtes, laïques ?

Selon les volontés du défunt, et les croyances des familles, vous pouvez choisir de réaliser une cérémonie religieuse, laïque ou mixte.

Lors de funérailles religieuses, les rites funéraires pratiqués sont ceux de votre culte.

Lors d'une cérémonie laïque, un temps est dédié à la préparation des obsèques, puis vient le temps de la cérémonie. Ce temps met au centre la vie du défunt, s'ouvre avec l'évocation du défunt et se termine par un geste d'adieu.

Pourquoi est-ce important ?

Les rites funéraires sont essentiels, et sont pratiqués par l'homme depuis le néolithique (9000 ans avant Jésus-Christ). Ils aident à accepter la séparation, et permettent de rendre un dernier hommage.

Les volontés funéraires

Qu'est ce que c'est ?

« Les volontés funéraires » sont un support à la parole, au dialogue, à l'échange.

Ce support vise à vous guider afin que vous puissiez faire des choix éclairés en matière d'organisation d'obsèques (réglementation, champs des possibles), au niveau des pratiques (religieuses ou laïques, crémation ou inhumation, obligatoire ou optionnelle) et de la réglementation.

Les volontés funéraires sont un espace concret où chaque étape peut être comprise, du décès jusqu'aux démarches administratives.

Pourquoi les préparer ?

Anticiper sa fin de vie, sa mort, nécessite de s'engager dans des démarches parfois douloureuses. C'est un processus de « deuil de soi » qui place chacun devant l'acceptation de sa propre mort.

En rédigeant vos volontés funéraires, vous donnez la possibilité de faire connaître à vos proches vos intentions funéraires. Ce document facilite la prise de décision à chacune des étapes de l'organisation des obsèques.

Prévoir ses obsèques vous permet de :

- > Imaginer une cérémonie d'adieu à votre image, selon vos convictions philosophiques et spirituelles
- > Choisir le service funéraire qui vous convient
- > Faciliter les choix pour votre famille
- > Exprimer vos intentions
- > Profiter de la tranquillité d'esprit que cette démarche peut procurer

Législation

La loi du 15 novembre 1887 sur la liberté des funérailles, article 3, stipule : « Tout majeur ou mineur émancipé, en état de tester, peut régler les conditions de ses funérailles, notamment en ce qui concerne le caractère civil ou religieux à leur donner et le mode de sa sépulture. Il peut charger une ou plusieurs personnes de veiller à l'exécution de ses dispositions. Sa volonté, exprimée dans un testament ou dans une déclaration faite en forme testamentaire, soit devant notaire, soit sous signature privée, a la même force qu'une disposition testamentaire relative aux biens, elle est soumise aux mêmes règles quant aux conditions de la révocation. »

Tout n'est pas réalisable. Le Code Général des Collectivités Territoriales précise certains points :

> Être enterré dans une propriété privée requiert l'autorisation du maire et le respect d'une distance de sécurité quant au caveau. Notez que cela n'est autorisé que rarement.

> La dispersion des cendres implique également l'aval de la municipalité ; ainsi on ne peut répandre les cendres en mer trop près du rivage ; quant à conserver les cendres chez soi, c'est désormais impossible.

> Il n'est désormais plus possible de disséminer le corps ou séparer les cendres en plusieurs sites. De même on ne peut être incinéré avec les restes de son animal

Vous pourrez à tout moment changer d'avis, comme vous pouvez d'ailleurs le faire avec tout contrat obsèques.

Ce document a une valeur testamentaire : l'article 970 du code civil précise que, pour être valable, un testament «olographe» doit être entièrement écrit, daté et signé de la main du testateur. Il n'est assujéti à aucune autre forme.

Je formule mes dernières volontés

Soins de corps

Je choisis de bénéficier :

- D'une toilette mortuaire
- D'une toilette faite par mes proches
- De soins de conservation



Repos du corps entre le décès et la cérémonie

J'aimerais reposer :

- À mon domicile
- Dans une chambre mortuaire (hôpital ou salon privé)
- Je préfère ne pas être présenté.e

Choix du cercueil et de l'urne

En France, le cercueil est obligatoire :

- Je décide de ne pas choisir et laisser mes proches faire ce choix
- Je choisis un cercueil :
 - en pin
 - en chêne
 - en carton
 - autre :

Je choisis une urne (si crémation) :

- Je décide de ne pas choisir et laisser mes proches faire ce choix
- Je choisis une urne :
 - écologique
 - artisanale
 - en métal
 - en bois
 - autre :

Mise en bière

Je préfère que ce moment soit :

- Fait dans l'intimité familiale
- Ouvert à qui le souhaite

Je choisis une musique, un texte, un poème :

Je choisis des objets à mettre dans le cercueil :

La cérémonie

J'aimerais une cérémonie :

- Laïque
- Religieuse, de confession :
- Les deux
- Dans la plus stricte intimité

J'aimerais que la personne qui accompagne la célébration soit :

- Un représentant de culte de confession :
- Un célébrant
- Un maître de cérémonie
- Un proche :

J'aimerais que la cérémonie se passe dans :

- Un lieu de culte :
- Une salle appropriée aux cérémonies funéraire
- Un cimetière
- Un autre lieu :

Je souhaite que les personnes qui portent le cercueil soient :

- Des porteurs
- Des proches :

Je choisi des morceaux, un musicien/groupe :

Je choisi les textes et qui peut les lire :

Lieu de repos du corps - Crémation

Je choisis un crématorium

Inhumation de l'urne

Je désire que mes cendres reposent :

- Dans un caveau
- Dans un caveau familial
- Dans un colombarium
- Une autre solution qui existe plus tard (forêt cinéraire etc...)

Dispersion des cendres

Je désire que mes cendres soient dispersées :

- Dans un jardin du souvenir
- En pleine nature
- Un autre endroit de mon choix :

Lieu de repos du corps - Inhumation

En pleine terre

Je choisis un cimetière :

Dans un caveau

- Dans une concession familiale n° :

- Dans le cimetière de mon choix :

- Je choisis un autre mode de sépulture quand cela sera possible (humusation, aquamation ...)
- Je choisis le mode de sépulture le moins impactant écologiquement

Mes autres volontés

Directives anticipées :

- Je les ai rédigées, j'indique où elles sont conservées et ma personne de confiance :

- Je ne souhaite pas les rédiger

J'ai pris d'autres dispositions :

- Don d'organe
- Don du corps pour la science
- Dispositions pour mourir dans la dignité (Suisse, Belgique ou France si la loi passe)
- Contrat obsèques, référence :
- Testament

Mes données numériques :

- Je souhaite effacer toutes mes données numériques
- Je souhaite que soit conservées certaines données
Ou trouver mes mots de passes :

Où est-ce que je peux conserver ce guide des dernières volontés :

Je souhaite en parler à :

- Entreprise de pompes funèbres :
- Notaire
- Coordonnées de ma personne de confiance :



Ce document doit être facilement accessible le moment venu. Il est conseillé de le mettre avec votre livret de famille qui sera demandé à vos proches au moment du décès.

Nom :

Prénom :

Date :

Signature



Osons Les Derniers Jours Heureux

old.joursheureux@hotmail.com

<https://ripostecreativegironde.xyz?AccueilWikiOLDJH>

06 60 63 86 28 - 06 30 90 93 31



**Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification
CC BY-NC-ND**

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode>