



Planifier la fin de vie

En quoi consiste ce type de planification ?

La vie est la seule affection dont le taux de mortalité est de 100 %, et il est libérateur de s'engager dans cette voie. Lorsque nous parvenons à surmonter les sentiments naturels de déni et de peur de la mort, lorsque nous planifions la fin et le reste du temps dont nous disposons, cela nous aide, ainsi que nos proches, à avoir moins de soucis et à mieux vivre.

Bon nombre d'individus sont déterminés à offrir aux jeunes des opportunités lorsqu'ils deviendront adultes. C'est à ce moment-là qu'il importe de prendre des décisions anticipées ou de rédiger un testament pour la première fois, car les dossiers médicaux d'une personne deviennent généralement privés à partir de l'âge de 18 ans.

La plupart des gens ne prennent pas la mesure simple et fondamentale qui consiste à désigner une personne de confiance qui peut prendre des décisions en leur nom – et à lui faire part de leurs souhaits.

Les documents tels que les testaments et les procurations sont généralement simples à rédiger. Ils peuvent être conservés dans un dossier intitulé "A mon décès", mis à jour régulièrement, lequel peut contenir d'autres instructions formelles et informelles comme le don d'organes, la non-réanimation et des détails administratifs plus généraux. Le fait d'avoir ces informations à portée de main en un lieu central est une mesure de précaution et de préparation essentielle pour vos proches ; elle leur fera gagner un temps précieux en cas d'urgence, puis des mois, voire des années d'angoisse pour régler les derniers détails.

En réglant le problème des "affaires au grenier", tant matérielles qu'émotionnelles, avant votre décès, vous allégerez non seulement votre héritage, mais aussi votre vie.

Vous pouvez faire le point sur votre vie à tout moment. En vous informant et en comprenant les implications et les choix auxquels vous et vos proches serez confrontés en vieillissant, vous éviterez les décisions précipitées de dernière minute et les décisions plus coûteuses.

Les services, les conseils et les cadres juridiques varient considérablement d'un pays à l'autre. Plenna est en train d'élaborer des fiches d'orientation par pays, conçues pour être régulièrement actualisées afin de fournir une vue d'ensemble et de diriger les personnes intéressées vers les liens et les informations les plus utiles.



Voir ci-dessous

[Afrique du Sud](#)

[Australie](#)

[Canada](#)

[États-Unis d'Amérique](#)

[États-Unis d'Amérique](#)

[Inde](#)

[Japon](#)



[Kenya](#)

[La France](#)

[La Suisse](#)

[Royaume-Uni](#)

Date: 2025-07-01