

Min siste vilje

Et dokument til dem som er glad i meg.

Til dere som en gang skal planlegge min gravferd

Dette dokumentet er skrevet som en hjelp til dere som en gang skal planlegge min gravferd.

Jeg vet at dere som etterlatte til syvende og sist må ta de valgene som føles riktige for dere, og at disse ønskene ikke er juridisk bindende utover det loven regulerer. Likevel håper jeg at dokumentet kan gjøre noen ting litt lettere – og kanskje hjelpe dere å slippe å gjette.

Noe av det viktigste for meg er ikke nødvendigvis at alt blir akkurat slik jeg har skrevet her, men at dere får et lite innblikk i hva jeg har tenkt, ønsket og håpet på.

Og kanskje også en liten påminnelse om at det ikke finnes én riktig måte å ta farvel på.

Slik bruker du dokumentet:

Fyll ut det du har lyst til – hopp over resten. Du trenger ikke svare på alt. Lagre filen et sted du finner den igjen, og fortell minst én person du stoler på hvor den ligger. Kom gjerne tilbake og oppdater når livet endrer seg.

Dette er meg

Fullt navn

Fødselsdato

Adresse

Telefon

E-post

Dato for utfylling (oppdater når du endrer dokumentet)

Hvem ønsker jeg skal ha ansvaret for min begravelse?

Den eller de som tar ansvaret for begravelsen vil ofte bli stilt mange spørsmål av begravelsesbyrå, kommune og andre. Det kan være en hjelp for dem å vite at du har valgt nettopp dem.

Navn

Relasjon til meg

Telefon

E-post

Kremasjon eller gravlegging?

Kremasjon

Gravlegging i kiste

Jeg er usikker / det er ikke så viktig for meg

Ønsker for aske eller gravsted

Askespredning – hvis ja, gjerne hvor?

Gravsted med stein

Navnet minnelund

Anonym minnelund

Det er opp til dere

Andre tanker om aske eller gravsted

Hva slags seremoni vil jeg ha?

Livssynsåpen seremoni

Kristen seremoni

Muslimsk seremoni

Buddhistisk seremoni

Annen religiøs seremoni – hvilken?

Humanistisk – evt. i regi av (Human-Etisk Forbund / Humanistene / Holistisk Forbund)?

Ingen seremoni

Noen andre tanker om valg av seremoni?

Tanker om seremonien

Har jeg spesielle ønsker om innhold eller form på begravelsen?

Musikk, sanger eller dikt som betyr noe spesielt for meg

Dersom jeg skulle vært til stede selv, ville jeg blitt glad om noe av dette ble brukt. Samtidig håper jeg dere også velger ting som betyr noe for dere.

Er det noen jeg ønsker skal holde tale, synge eller bidra med noe annet?

Ønsker for blomster eller eventuelle donasjoner

Minnesamvær

Ønsker jeg minnesamvær etter seremonien?

Ja

Nei

Det er opp til dere

Hvis ja, ønsker eller håper jeg at det kan være:

Praktiske opplysninger

Viktige dokumenter

Testamente finnes

Forsikringer finnes

Andre viktige dokumenter finnes

Dere finner dette her:

Digitale kontoer og sosiale medier

Finnes det en oversikt over passord eller digitale tjenester? Evt. hvor?

Jeg ønsker at sosiale medier skal:

Slettes

Gjøres om til minnesider

Beholdes

Det er opp til dere

Skriv gjerne her hvis du har ulike ønsker for ulike plattformer (f.eks. «Facebook gjøres om til minneside, de andre kan slettes»):

Private ting og personlige eiendeler

Finnes det notater, dagbøker, filer, bilder eller andre personlige ting jeg ønsker at noen skal ta vare på – eller la være å dele videre?

Er det noe jeg ønsker skal slettes, destrueres eller kastes uåpnet? Hvor befinner det seg i så fall?

Andre tanker og ønsker

Her kan du skrive ting som ikke passer noe annet sted.

Signatur

Ved å fylle ut dette dokumentet har jeg gjort meg noen tanker om hvordan jeg ønsker at tiden rundt min død skal være. Det er mitt ønske at de som en gang skal ta avskjed med meg, har dette som et utgangspunkt – ikke som en fasit.

Navn

Dato

Signatur (kan også signeres for hånd på utskrift)

Når du har fylt ut, lagret og eventuelt skrevet ut dette dokumentet – husk å fortelle noen av dine nærmeste at du har gjort det, og hvor de kan finne det når det blir nødvendig. Det du nå har gjort, vil sannsynligvis gjøre det lettere for de som er igjen etter deg, særlig hvis du skulle dø brått.

«Vi skal alle dø en dag – men alle andre dager skal vi ikke det.»

– Ole Brumm