



**MU
TAN
TE**



¡CONVERSEMOS SOBRE MORIR!

Directorio de proyectos y organizaciones
para reflexionar y actuar ante la muerte

* Información suministrada por Catalina Mahecha, doula de fin de vida.

#HABLEMOSDELAMUERTE

Las conversaciones sobre la muerte cambian dependiendo del momento de la vida en el que estés. Por eso, para empezar, es importante que tengas claridad sobre estas tres preguntas:

¿QUÉ SABES Y QUÉ QUIERES SABER?

¿CON QUIÉN QUIERES HABLARLO?

**¿QUÉ ACONTECIMIENTO ESTÁ DISPARANDO
ESTA PREGUNTA EN TU VIDA?**

¿ESTÁS EMPEZANDO A EXPLORAR EL TEMA Y QUIERES DISCUTIR IDEAS?

Acude a espacios abiertos de conversación
entre personas con tu mismo interés:

DEATH CAFE

Están en varios lugares del mundo y ahora también de forma virtual.

Espacio de reflexión y conversación alrededor de la muerte.

 www.deathcafe.com

FUNDACIÓN PRO DERECHO A MORIR DIGNAMENTE

Colombia

Ofrecen charlas virtuales sobre muerte digna.

 www.dmd.org.co/eventos

REIMAGINE

Estados Unidos y ahora también virtual

Esta organización busca generar conversaciones para explorar
la muerte y celebrar la vida.

 www.letsreimagine.org

**¿TRABAJAS EN EL SECTOR DE LA SALUD
Y NO SABES CÓMO ABORDAR ESTE TEMA?**

Convérsalo primero con colegas:

DEATH OVER DINNER HEALTHCARE

Varios lugares del mundo

Ofrece una guía para organizar conversaciones sobre
la muerte entre profesionales de la salud.



www.deathoverdinnerhealthcare.org

**¿TÚ O ALGÚN SER QUERIDO ESTÁ
EN EL FINAL DE SU VIDA?**

**1. INFÓRMATE SOBRE TU DERECHO
A UNA MUERTE DIGNA EN COLOMBIA:**

FUNDACIÓN PRO DERECHO A MORIR DIGNAMENTE

 www.dmd.org.co

DESCLAB

 www.desclab.com

ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE CUIDADOS PALIATIVOS

 www.accpaliativos.com

ASOCIACIÓN CUIDADOS PALIATIVOS DE COLOMBIA

 www.paliativoscolombia.org

Contacta a tu EPS y averigua sobre los programas de cuidados paliativos disponibles en hospitales y en tu casa.

2. PLANEA EL FIN DE LA VIDA.

Ten en cuenta los aspectos legales, espirituales, emocionales y familiares que quieres dejar resueltos antes de morir.

Una vez decidas cuál es tu mejor opción, formalízala y comunícala al grupo médico y a tu familia.

Si buscas o necesitas un acompañamiento en esta planificación, hay más de 100.000 doulas de fin de vida, que son mujeres que te ayudan a pensar y planear tu muerte o la de tus seres queridos.

CATALINA MAHECHA ES UNA DE ELLAS EN COLOMBIA.

 @doula_de_fin_de_vida

 catalinadoulamuerte@gmail.com

Para encontrarlas en otros países puedes acudir al Doula Directory www.inelda.memberclicks.net/find-a-doula

¿ESTÁS HACIENDO UN DUELO?

Puedes encontrar espacios individuales con psicólogos, psiquiatras, terapeutas. Tu comunidad espiritual o tu guía resultan fundamentales en este momento.

También puedes acudir a:

THE DINNER PARTY

Varios lugares del mundo y ahora también virtual

Un espacio en el que personas en duelo de todo el mundo se sientan a hablar juntas.



www.thedinnerparty.org

¿QUIERES FORMARTE EN ESTE TEMA?

Hay programas virtuales para tanatólogos, activistas, funerarios, médicos paliativos, doulas de fin de vida, artistas y otras personas interesadas. Puedes encontrar algunos a través de estas organizaciones:

FUNDACIÓN ELISABETH KÜBLER-ROSS

México y ahora también virtual

 www.fundacionekr.org.mx


DOULA GIVERS

Estados Unidos y ahora también virtual

 www.doulagivers.com

INTERNATIONAL END OF LIFE DOULA ASSOCIATION

Estados Unidos y ahora también virtual

 www.inelda.org



MUTANTE

**¿CONOCES ALGUNA OTRA ORGANIZACIÓN
QUE PROPICIE ESPACIOS DE ACCIÓN
Y REFLEXIÓN SOBRE LA MUERTE?**

#HABLEMOSDELAMUERTE