



Mes informations importantes

Mes informations importantes

Ce carnet appartient à :

Prénom : _____

Nom : _____

S'il est trouvé, merci de contacter :

Pourquoi ce carnet ?

Lorsque l'un de nos proches décède, nous devons faire face à la gestion de ses documents administratifs, comptes en banque, se désinscrire de tel ou tel site internet... Si la personne n'a pas réuni ou noté tous les éléments de son vivant, cela peut vite devenir un casse-tête pour retrouver les bons identifiants, documents, contacts...

Ce carnet permet de laisser, de son vivant, une trace concernant les principaux éléments permettant à un tiers d'effectuer des démarches en votre nom. Communiquer ces informations à un proche de confiance, c'est l'aider à reprendre la main facilement sur notre contenu administratif et numérique pour qu'il puisse sereinement réaliser les démarches nécessaires une fois que nous serons partis.

Le carnet est divisé en plusieurs grandes catégories (*santé, logement, banque, contrats, téléphone, ordinateur, internet, animaux de compagnie, biens de valeur, mes volontés, contrat de prévoyance et caisses de retraite*) **et permet également de noter quelques indications importantes concernant vos dernières volontés.**

Dans les dernières pages, n'hésitez pas à ajouter toutes les informations complémentaires qui vous sembleraient nécessaires.

Ce carnet a été conçu dans le cadre des ressources de la Deuilothèque, le centre de ressources sur le deuil. Dialogue & Solidarité, association au rayonnement national, qui anime ce projet, accompagne les personnes en deuil et œuvre pour faire changer le regard porté sur la mort depuis plus de 20 ans.

Vous pouvez contacter l'association à l'adresse suivante :

dialogue@dialogueetsolidarite.asso.fr

Les précautions à prendre



Comme de nombreuses informations sensibles vous concernant seront regroupées dans ce carnet, nous vous conseillons de le ranger dans un endroit sûr et de ne communiquer son emplacement qu'à un nombre restreint de personnes de confiance dans votre entourage.



Parlez de ce carnet à la ou les personnes qui seront en mesure de gérer votre contenu administratif et personnel lorsque vous ne serez plus là.



Pour certaines informations qui sont amenées à changer au fil du temps (*mots de passe, par exemple*), vous pouvez les noter au crayon à papier, afin de pouvoir les effacer et les remplacer si besoin.



Le carnet est téléchargeable sur le site de la Deuilothèque, vous pouvez donc imprimer vous-même des pages complémentaires si nécessaire !

Vous avez perdu un proche et avez besoin d'aide pour réaliser vos démarches administratives ?

Rendez vous sur
www.deuilotheque.fr

Vous y trouverez un guide pour réaliser vos démarches pas-à-pas, ainsi que de nombreuses ressources à destination des personnes endeuillées, de leurs proches et des professionnels de l'accompagnement du deuil.



Santé

Mon numéro de sécurité sociale : _____

Ma complémentaire santé : _____

Identifiants internet :

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Améli

Identifiants internet :

Mot de passe : _____

Mon espace santé

Identifiants internet :

Identifiant : _____

Mot de passe : _____



Logement

N° d'assurance habitation :

Identifiant :

Je suis propriétaire :

Remboursement de mon crédit :

Nom de la banque : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Je suis locataire :

Coordonnées de mes propriétaires : _____

Autre : _____



Banque

Ma banque : _____

Mon numéro de compte courant :

Identifiants internet :

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

J'ai un livret d'épargne : Oui Non

Autre : _____



Contrats

Mes contrats en cours :

Téléphone

Opérateur : _____ N° de contrat : _____

Identifiants internet :

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Internet

Opérateur : _____ N° de contrat : _____

Identifiants internet :

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Électricité, gaz

Fournisseur : _____ N° de contrat : _____

Identifiants internet :

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Assurances

Assureur : _____ N° de contrat : _____

Identifiants internet :

Identifiant : _____

Mot de passe : _____



Internet

Mes identifiants de connexion :

(mails, sites d'achats, réseaux sociaux, abonnements en ligne...)

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____

Site : _____

Identifiant : _____

Mot de passe : _____



Animaux de compagnie

Nom : _____

N° d'identification : _____

N° de tatouage : _____

Je souhaite que _____ en ait la garde

Nom : _____

N° d'identification : _____

N° de tatouage : _____

Je souhaite que _____ en ait la garde

Nom : _____

N° d'identification : _____

N° de tatouage : _____

Je souhaite que _____ en ait la garde

Nom : _____

N° d'identification : _____

N° de tatouage : _____

Je souhaite que _____ en ait la garde



Biens de valeur

Nature du bien : _____

Informations complémentaires : _____

Je souhaite qu'il soit conservé et qu'il revienne à :

Je souhaite qu'il soit vendu, valeur estimée :

Nature du bien : _____

Informations complémentaires : _____

Je souhaite qu'il soit conservé et qu'il revienne à :

Je souhaite qu'il soit vendu, valeur estimée :

Nature du bien : _____

Informations complémentaires : _____

Je souhaite qu'il soit conservé et qu'il revienne à :

Je souhaite qu'il soit vendu, valeur estimée :

Nature du bien : _____

Informations complémentaires : _____

Je souhaite qu'il soit conservé et qu'il revienne à :

Je souhaite qu'il soit vendu, valeur estimée :

Nature du bien : _____

Informations complémentaires : _____

Je souhaite qu'il soit conservé et qu'il revienne à :

Je souhaite qu'il soit vendu, valeur estimée :

Nature du bien : _____

Informations complémentaires : _____

Je souhaite qu'il soit conservé et qu'il revienne à :

Je souhaite qu'il soit vendu, valeur estimée :



Mes volontés

Je souhaiterais faire don de mes organes :

Oui Non

Type de cérémonie souhaitée (*laïque, religieuse, intime ou non...*)

Type de funérailles souhaitées :

Inhumation

Lieu de l'inhumation :

Crémation

→ Je souhaite que mes cendres soient inhumées :

Lieu de l'inhumation :

→ Je souhaite que mes cendres soient dispersées :

Lieu de dispersion :



Contrat de prévoyance

J'ai souscrit à un contrat de prévoyance :

Oui Non

Individuel D'entreprise

Mon institution de prévoyance : _____

N° de contrat : _____

J'ai souscrit à une assurance décès :

Oui Non

J'ai souscrit à une assurance obsèques :

Oui Non

J'ai souscrit à une Garantie des Accidents de la Vie (GAV) :

Oui Non

J'ai souscrit à une assurance perte de revenus :

Oui Non

Deuilothèque

CENTRE DE RESSOURCES SUR LE DEUIL

Retrouvez d'autres ressources à destination des personnes endeuillées, de leurs proches et des professionnel.les de l'accompagnement du deuil sur :

www.deuilotheque.fr

Conception :

Dialogue
& Solidarité

Les Beaux
jours

Toute reproduction à usage commercial est interdite.

Ce projet est rendu possible grâce au soutien de :

