

Homenaje a los que ya no están



In Memoriam

Homenaje a los que ya no están



"Acompañar a alguien en su camino hacia la muerte es una experiencia que toca profundamente el alma. Aprendemos lecciones invaluableles sobre la existencia y la fragilidad de la vida humana."

Desde **Al Final de la Vida** queremos ofrecer este espacio dedicado a todas aquellas personas que han experimentado la **pérdida de un ser querido**, sea un familiar, un amigo o incluso para aquellos voluntarios o profesionales que compartieron un capítulo en la vida de esas personas.

De esta forma estaremos honrando su memoria, el legado y la vida misma de aquellos que ya no están con nosotros y compartiendo al mundo lo **hermoso, complejo, e incluso gratificante** que es el acompañar a alguien en el proceso de morir.

A través del "**homenaje a los que ya no están**", se crea un espacio para el *recuerdo, la gratitud y el amor* hacia aquellos que de alguna manera compartieron con nosotros su viaje final. *Es una forma de mantener viva su memoria, de transmitir su legado y de honrar la importancia de cada vida vivida hasta el final.*

BENEFICIOS DE REALIZAR UN

HOMENAJE, A LOS QUE YA NO ESTÁN

- ✓ **Para las familias y amigos,** es una oportunidad para recordar, honrar y sanar. Puede servir como bálsamo para el alma.
- ✓ **Para los voluntarios y profesionales,** es una ocasión para reflexionar, agradecer lo aprendido y dar voz a quienes estaban solos.
- ✓ **Para la humanidad,** es un recordatorio de vivir plenamente, de valorar a nuestros seres queridos y de resaltar la importancia de la compasión y la conexión humana.



ANTES DE EMPEZAR

TEN EN CUENTA:

- Leer las **instrucciones para crear tu vídeo** de homenaje (PDF Descargable) para que puedas preparar previamente los aspectos técnicos para la grabación.
- Descargar y **firmar el Consentimiento Informado** (CI) (PDF Descargable) para autorizarnos la publicación del vídeo.
- **Reflexiona previamente sobre el mensaje** que quieres transmitir y ten presente que el vídeo debe ser **máximo de 3 minutos** de duración.
- **Elige una foto tuya** (actualizada) y piensa en una frase célebre con la que se recordará tu acompañamiento.

Algunas preguntas que te pueden servir para crear tu vídeo

- ¿Cuál es tu nombre, edad, ciudad o país de origen?
- El nombre de la persona a la que quieres honrar, su edad y tu parentesco
- ¿De qué enfermedad sufrió los últimos años ?
- Que fue lo más difícil para ti de verla/o enferma/o o en sus últimos días.
- Cuéntanos brevemente un momento importante, trascendental o espiritual que viviste con el/ella en sus últimos días
- Que fue lo más valioso o importante que pudiste aprender de el/ella
- Cierra con una frase con la que quieras honrar su memoria

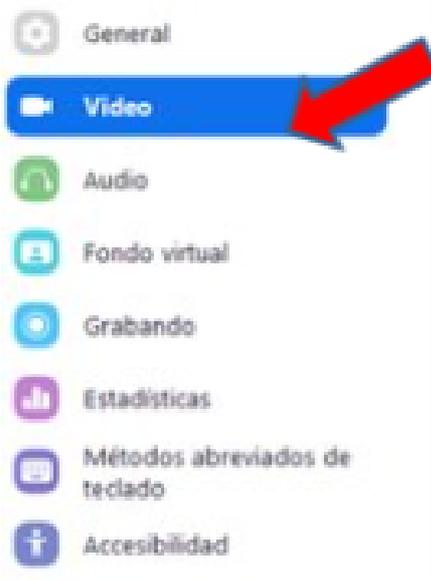
“ Recuerda que el vídeo debe ser **máximo de 3 minutos de duración.** ”

TEN EN CUENTA LOS SIGUIENTES ASPECTOS TÉCNICOS :

Dispositivos de grabación

1

- Puedes usar el móvil o el **ordenador (preferiblemente)**
- Si grabas con un móvil, recuerda grabar **siempre en horizontal**



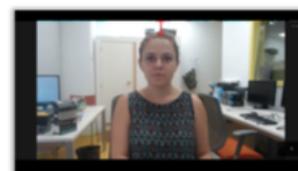
- Si grabas con un ordenador a través de zoom, se debe **activar la opción de “calidad HD”** en Configuración de vídeo
- Una vez hecha la grabación, **descárgate el vídeo** en el ordenador



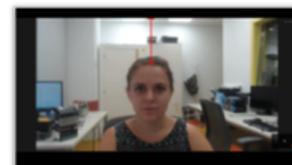
Sonido, luz y encuadre

- 2**
- Utiliza **auriculares con micrófono** (puedes usar los mismos del móvil) y **pon el micro cerca a tu boca** para que tu voz se escuche de forma clara.
 - Si es posible, **busca luz natural directa** o en su defecto enciende la luz del techo.
 - Procura elegir un momento del día sin ruidos.
 - El encuadre **debe ser centrado**, sin cortarte la cabeza, ni dejando mucho espacio sobre ella.

CORRECTO



INCORRECTO



CÓMO ENVIAR EL VÍDEO Y LOS DOCUMENTOS

Deberás **preparar los 3 archivos**

- a. La grabación del vídeo
- b. El CI firmado
- c. La foto en JPG

Podrás enviarlo a través de **www.filemail.com**, una plataforma web para envío de documentos de forma **segura y gratuita**. (5GB)

Envíanos toda la información al mail **homenaje@alfinaldelavida.org**

incluye **un mail válido** al que podamos comunicarnos contigo

Enviar como e-mail

Para (correo electrónico)

De (correo electrónico)

Una vez recibida la información

- Se revisará la calidad e idoneidad de la grabación,
- Se comprobarán los documentos requeridos
- Se te enviará un correo con la confirmación de la recepción de la información y posteriormente otro con el enlace de acceso a la publicación.

Tu mensaje será una luz que brille en honor a quienes ya no están con nosotros