

.....und wenn ich einmal sterbe

Wegleitung für den Pflege- und Todesfall

Für alle diejenigen, die für den Fall vorbereitet sein möchten, in dem sie nicht mehr selber entscheiden können.

Inhalt

| | |
|------------|---|
| Einleitung | 2 |
|------------|---|

Teil 1: Persönliche Wünsche

| | |
|--|----|
| Meine Persönliche Angaben | 3 |
| Angehörige | 3 |
| Benachrichtigung | 3 |
| Ärztin/Arzt, Seelsorger/in, Pfarrer/in | 4 |
| Patientenverfügung | 4 |
| Organspende | 6 |
| Pflege | 7 |
| Urteilsunfähigkeit / Demenz | 8 |
| Sterbeort und Sterbebegleitung | 9 |
| Benachrichtigung im Todesfall | 9 |
| Bestattung | 10 |
| Trauerfeier | 11 |
| Todesanzeige | 12 |
| Leidmahl | 12 |
| Grab | 12 |
| Spenden | 13 |
| Vollmacht | 13 |
| Berater | 14 |
| Testament | 14 |
| Verschuldeter Nachlass | 15 |
| Weitere Angaben | 15 |
| Anhang und Ergänzungen | 16 |

Teil 2: Hinweise für Angehörige

| | |
|--|----|
| Pflege zu Hause | 17 |
| Pflege und Begleitung im Spital | 18 |
| Sich auf den Tod eines Angehörigen vorbereiten | 18 |
| Woran nach dem Tod zu denken ist | 19 |
| Abschied nehmen | 20 |
| Stille und Trauer | 20 |

Einleitung

In unserer Zeit ist vieles wohlgeordnet. Auf alle möglichen Ereignisse sind wir vorbereitet und gegen viele Risiken versichert. Fragen zum letzten Lebensabschnitt und Todesfall schiebt man aber häufig vor sich her. Diese Begleitung soll Unterstützung bieten und Mut machen, sich mit dem Tod auseinanderzusetzen und zwar mit dem eigenen Tod wie auch mit dem Tod von nahestehenden Menschen.

Die Begleitung ist in zwei Teile gegliedert. In einem ersten Teil können Wünsche und Vorstellungen im Zusammenhang mit Pflege und dem eigenen Sterben angegeben werden. Der zweite Teil hilft Hinterbliebenen, sich auf den Tod eines Angehörigen oder nahestehenden Menschen vorzubereiten und dann richtig zu handeln. Die in einem Todesfall notwendigen Schritte sind aufgeführt.

Die Begleitung ist nicht nur für ältere Personen gedacht. Wir können auch nicht auf alle Situationen um Sterben und Tod sowie die unterschiedlichen Bedürfnisse eingehen. Sich innerlich darauf vorzubereiten ist eine Lebensaufgabe, der sich jeder Mensch auf seine eigene Weise zu stellen hat. Die Begleitung kann dazu ein Anstoß sein, will aber vorerst auch eine praktische Hilfe in vielen Einzelfragen sein.

Nicht alle aufgeführten Punkte sind für jeden wichtig. Wählen Sie aus. Manche Fragen mögen für Sie nicht durch Ankreuzen zu beantworten sein. Vielleicht sprechen Sie bei dieser Gelegenheit auch mit Ihren Angehörigen oder vertrauten Personen über Ihre Vorstellungen und Anliegen.

Zum ersten Teil, den Vorstellungen und Wünschen im Zusammenhang mit dem eigenen Sterben, bitten wir Sie zu beachten: Manche der Punkte sind nicht nur Sache der/des Verstorbenen, sondern auch der Angehörigen. Diese sind meist sehr dankbar, wenn Sie die Wünsche der/des Verstorbenen kennen. Ihre eigenen Bedürfnisse sollen jedoch auch nicht einfach übergangen werden, wenn der Abschied in Achtung und Liebe geschehen soll.

Deshalb sind viele der Punkte ausdrücklich als Wünsche formuliert. Am besten sprechen Sie darüber mit den Ihnen nahestehenden Personen.

Wenn Sie diese Begleitung ausgefüllt haben, sollten Sie dafür besorgt sein, dass sie auch auffindbar ist. Der Ort, wo Sie Ihre persönlichen Papiere aufbewahren, sollte Ihren Angehörigen bekannt sein.

Persönliche Wünsche

Meine persönlichen Angaben

Name _____

Vorname _____

Geburtsdatum _____

Bürgerort _____

Nationalität _____

Konfession _____

Angehörige

| <u>Name</u> | <u>Ort</u> | <u>Tel. / Natel</u> |
|-------------|------------|---------------------|
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |

Benachrichtigung Bezugsperson

Bei einem Unfall, im Pflege- oder Todesfall sollen folgende Personen benachrichtigt werden:

| <u>Name</u> | <u>Ort</u> | <u>Tel. / Natel</u> |
|-------------|------------|---------------------|
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |

Ärztin/Arzt, Seelsorger/in, Pfarrer/in

- Bei einem schweren Unfall oder wenn ich schwer erkrankte, möchte ich, dass schnellstmöglich der **Arzt/die Ärztin meines besonderen Vertrauens** beigezogen wird. Ich habe mit ihm/ihr meine Vorstellung und Wünsche besprochen.

Name _____

Tel. / Natel _____ / _____

- Ich möchte, dass auch der/die **Seelsorger/in, Pfarrer/in** informiert wird.

Name _____

Tel. / Natel _____ / _____

Patientenverfügung

Wenn Sie im Falle eines Unfalls oder Krankheit nicht mehr urteilsfähig sind, ist es für Ihre Angehörigen und Bezugspersonen wichtig zu wissen, welche medizinischen und lebensverlängernden Massnahmen sie wünschen. In einer Patientenverfügung können Sie sich dazu äussern und Ihre Vorstellungen schriftlich festhalten. Die Angehörigen oder Ihre Bezugspersonen können so im Notfall nach Ihren Anweisungen entscheiden.

Bei folgenden Organisationen erhalten Sie Informationen und Vorlagen zur Patientenverfügung:

FMH Verbindung Schweizer Ärztinnen und Ärzte

%Patientenverfügung%

Postfach 300

3000 Bern 15

Die Patientenverfügung kann unter obiger Adresse unter Beilegung eines frankierten Rückantwortcouverts kostenlos bestellt werden. Informationen zum Thema und eine Online-Version der Patientenverfügung erhalten sie auch unter:

www.fmh.ch/services/patientenverfuegung.html

Caritas Schweiz

Informationsdienst

Adligenswilerstrasse 15

Postfach

6002 Luzern

Tel. 041 419 22 22

Kostenloses Beratungstelefon:

Tel. 0848 419 419

www.caritas.ch

Sehr übersichtliche Dokumentationsmappe zu den Themen Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Testament und Tod. Kosten: ca. CHF 28.-

Pro Senectute

Lavaterstrasse 60 / Postfach

8028 Zürich

Tel. 044 283 89 89

www.prosenectute.ch

Der Docupass der Pro Senectute gibt Auskunft über Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Anordnungen für den Todesfall, Testament und Vorsorgeauftrag. Kosten ca. CHF 19.-

Schweizerisches Rotes Kreuz

Patientenverfügung

Werkstrasse 18

3084 Wabern

Tel: 0800 99 88 44

Gut geliederte Patientenverfügung, Wegleitung und Broschüre zum kostenlosen Download unter: www.patientenverfuegung.redcross.ch

Schweizerische Patientenorganisation (SPO)

Häringstrasse 20

Postfach 850

8001 Zürich

Tel. 044 252 54 22

Umfangreiches Themenheft zur Patientenverfügung zum kostenlosen Download
Unter: www.spo.ch

Organspende

Nach dem eigenen Tod haben Sie die Möglichkeit, mit einer Organspende das Leben anderer Menschen zu retten. Transplantationen werden aufgrund des medizinischen Fortschritts immer erfolgreicher durchgeführt. So kann ein Organspender bis zu sieben Menschenleben retten.

Informationen zum Thema und den Spenderausweis erhalten sie unter www.swisstransplant.org oder unter folgender Adresse:

Swisstransplant

Effingerstrasse 1

Postfach

3011 Bern

Tel. 058 123 80 00

- Ich habe eine **Patientenverfügung** verfasst. Sie ist bei folgender Person hinterlegt:

Name

Tel. / Natel

_____ / _____

- Ich verfüge über einen **Organspendeausweis**, er befindet sich bei meinen persönlichen Papieren.

Pflege

Pflegeort

- Ich möchte . soweit es meine Angehörigen und Bezugspersonen als zumutbar empfinden . möglichst **zu Hause** gepflegt werden, dem Tod entgegen gehen und sterben.
- Ich möchte im **Pflegeheim oder Spital** betreut werden, bzw. ich möchte meinen Angehörigen nicht eine längere oder schwierigere Pflege zumuten.
- Ich überlasse den Entscheid meinen Angehörigen.

Wahl der Pflegeeinrichtung

Sollte ich stationäre Pflege benötigen, wünsche ich wenn möglich die Einweisung in folgende Pflegeeinrichtung:

- Langzeitpflege Sonnenberg**
Haus Rigi und Pilatus
Melchior Hirzel Weg 40
8910 Affoltern a.A. Tel. 044 714 21 11
www.spitalaffoltern.ch

Die Langzeitpflege Sonnenberg ist dem Spital Affoltern angegliedert, das über eine Akutgeriatrische Abteilung verfügt und somit auf die Behandlung älterer Menschen spezialisiert ist.

- Senevita Obstgarten**
Obstgartenstrasse 9
8910 Affoltern a.A. Tel. 043 322 69 69
www.obstgarten@senevita.ch
- Haus zum Seewadel**
Obere Seewadelstrasse 12
8910 Affoltern a.A. Tel. 043 322 74 74
www.seewadel.info
- anderes Pflegeheim ausserhalb des Bezirks, nämlich:

Urteilsunfähigkeit / Demenz

Mit der steigenden Lebenserwartung erhöht sich das Risiko, irgendwann einmal an Demenz zu erkranken. Die Urteilsunfähigkeit kann aber auch durch Unfall oder andere Erkrankungen eintreten. Schon heute können Sie selbstbestimmend regeln, wie bei Verlust der Urteils- und Handlungsunfähigkeit Ihre Personensorge (Behandlung und Pflege), Vermögenssorge und der Rechtsverkehr gehandhabt werden sollen. Es kann eine Person bezeichnet werden, die Entscheidungen stellvertretend für Sie fällen kann. Dies geschieht durch einen Vorsorgeauftrag.

Ein Vorsorgeauftrag kann eigenhändig errichtet oder öffentlich beurkundet werden. Der eigenhändige Vorsorgeauftrag muss vollständig von Hand geschrieben, datiert und unterschrieben sein. Ein nicht handschriftlich abgefasster Vorsorgeauftrag muss öffentlich beurkundet werden.

Wurde kein Vorsorgeauftrag verfasst, entscheidet bei Urteils- und Handlungsunfähigkeit der Ehepartner oder eine andere Person, die mit Ihnen einen Haushalt geführt hat oder Ihnen regelmässig persönlichen Beistand geleistet hat. Fehlt eine solche Person, errichtet die Erwachsenenschutzbehörde eine Beistandschaft.

- Ich habe einen Vorsorgeauftrag erstellt, er befindet sich:

- Ich habe keinen Vorsorgeauftrag verfasst.

Caritas Schweiz bietet eine sehr übersichtliche Dokumentationsmappe zu den Themen Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Testament und Tod. Kosten CHF 28.- Bezugsmöglichkeiten siehe Seite 5

Bei **Pro Senectute** kann der Dokupass mit Informationsbroschüre, Vorlagen für Patientenverfügung, Anordnungen im Todesfall und Vorsorgeauftrag zu CHF 19.- bezogen werden. Bezugsmöglichkeit siehe Seite 5

Persönliche Wünsche

Die **Kindes-und Erwachsenenschutzbehörde KESB** des Kantons Zürich bietet auf

www.kesb-zh.ch/vorsorgeauftrag

Merkblätter und eine kostenlose Vorlage für den Vorsorgeauftrag an.

Sterbeort und Sterbebegleitung

Wenn möglich wünsche ich zu Hause / bei meinen Familienangehörigen zu sterben

Spital- oder Palliativ-Station

anderer Ort: _____

Wenn möglich soll mir folgende Person beistehen: _____

Benachrichtigung im Todesfall

Im Todesfall sollen informiert werden:

Name _____

Wohnort _____

Tel. _____

Mobile _____

Ärztin/Arzt _____

Konsulat
(für Ausländer) _____

Bestattung

Ich wünsche

- Erdbestattung
- Kremation
- Urnengrab
- Urnennischenwand (Beschriftung obligatorisch)
- Gemeinschaftsurnengrab mit Beschriftung
- Gemeinschaftsurnengrab ohne Beschriftung (anonym)
- Urnenbeisetzung im Grab von: _____
- Andere Art der Bestattung: _____
- Bestattung in einer anderen Gemeinde, nämlich: _____

Sarg / Urne

- Ich wünsche den von der Gemeinde Obfelden kostenlos zur Verfügung gestellten Sarg bzw. Urne.
- Ich wünsche eine besondere Ausführung:

- Die Wahl des Sarges bzw. der Urne überlasse ich meinen Angehörigen.

Kleidung

- Ich wünsche für die Bestattung meine eigenen Kleider zu tragen. Es sind dies:

- Ich wünsche die vom Bestatter vorgesehene Kleidung

Unter www.obfelden.ch kann über den Online-Schalter die Friedhof- und Bestattungsverordnung der Gemeinde Obfelden eingesehen werden.

Trauerfeier

- Für Reformierte:

Ich wünsche eine übliche Trauerfeier/Abdankung mit Lebenslauf und Ansprache der Pfarrerin/des Pfarrers.

- Entwurf für den Lebenslauf liegt bei

- Für Katholiken:

Ich wünsche eine übliche Trauerfeier, Lebenslauf und Ansprache der Pfarrerin/des Pfarrers.

- Entwurf für den Lebenslauf liegt bei
 Ich lege Wert darauf, dass dabei eine Messe gefeiert wird

- Für andere Bekenntnisse:

Ich wünsche, dass man sich mit _____
_____ in Verbindung setzt.

- Ich wünsche folgenden Text / Bibelspruch:

- Musikalische Wünsche:

- Ich habe eigene Ideen von meiner religiösen Trauerfeier (siehe Anhang).

- Ich möchte keine religiöse Feier. Meine persönlichen Vorstellungen über meine Beisetzung finden sich im Anhang.

- Weitere Wünsche:

Todesanzeige

- Ich bitte meine Angehörigen oder Bezugspersonen, eine Todesanzeige aufzusetzen.
- Ein Entwurf für meine Todesanzeige liegt bei.
- Ich wünsche nur die amtliche Todesanzeige.
- Die Todesanzeige soll in folgenden Zeitungen erscheinen:

- Ich lege eine Adressliste für persönliche Todesanzeigen bei.
- Ich wünsche keinen Versand von Todesanzeigen.

Leidmahl

- Ich wünsche, dass nach der Abdankungsfeier die Angehörigen, Freunde und nahe Bekannten zu einem Imbiss eingeladen werden.
- Als Ort wünsche ich: _____
- Ich überlasse die Wahl des Ortes meinen Angehörigen.
- Ich wünsche ein Zusammenkommen nur im engsten Kreis
- Weitere Wünsche:

Grab

- Ausführliche Anweisungen zu Grab, Grabstein, Grabbepflanzung und Finanzierung befinden sich im Anhang
- Ich überlasse es meinen Angehörigen

Persönliche Wünsche

Spenden

- Anstatt Blumen zu spenden möchte ich, dass der folgenden Institution gedacht wird:

Name: _____

Post- oder Bankkonto: _____

- Weitere Wünsche zu Spenden

Vollmacht

Vor meinem Ableben habe ich die Vollmacht erteilt über den Tod hinaus an:

mit Verfügungsrecht über

- mein Postkonto

Name: _____

Konto-Nr. _____

- meine Bankkonten

Bank: _____

Konto-/IBAN-Nr. _____

Bank: _____

Konto-/IBAN-Nr. _____

Bank: _____

Konto-/IBAN-Nr. _____

Persönliche Wünsche

Berater/in

Folgende Personen meines Vertrauens sollen beigezogen werden für:

Geldfragen: _____

Versicherungsfragen: _____

Steuerfragen: _____

Miete / Haus / Liegenschaft: _____

Pensionskasse / Gehaltsfortzahlung: _____

Erbrechtliche Fragen: _____

Testament

Ich habe ein Testament verfasst. Es befindet sich: _____

Ich habe einen Testamentsvollstrecker bestimmt. Es ist dies:

Name: _____

Adresse: _____

Tel./Natel: _____

Ich habe kein Testament verfasst.

Persönliche Wünsche

Verschuldeter Nachlass

Es ist zu beachten, dass bei Schulden des Verstorbenen das Recht besteht, den Nachlass (Erbe) auszuschlagen. Dieses Recht erlischt drei Monate nach Eintritt bzw. Kenntnisnahme des Todes.

Weitere Angaben

Wo befinden sich

- Schriftenempfangsschein: _____
- Pass/Identitätskarte: _____
- Andere Ausweise: _____
- Wichtige Schlüssel: _____
- Wertsachen: _____
- Versicherungspolicen: _____

Anhang und Ergänzungen

Pflege zu Hause

Mit dem Arzt/der Ärztin oder der Spitex können Sie die Pflege eines Angehörigen oder einer nahestehenden Person zu Hause besprechen. Nehmen Sie bei Bedarf Unterstützungsangebote durch Nachbarn, Verwandte und Freunde, Entlastungsdienst für pflegende Angehörige, Nachbarschaftshilfe, Besuchsdienst, Spitex und palliativen Begleitdienst wahr.

Adressen und Telefonnummern der verschiedenen Organisationen finden Sie in der **Gemeindebroschüre »Generation 60+ / Lebensqualität in der Gemeinde«** auf folgenden Seiten:

| | |
|----------------|--|
| Seite 31 . 33: | Dienstleistungen und Netzwerke, Wohnhilfen |
| Seite 37: | Spitex & Pflege |
| Seite 40: | Palliative Care |

Die Broschüre kann über die Gemeindeverwaltung bezogen werden oder im Internet auf der Homepage der Gemeinde eingesehen werden:

[www.Obfelden / Senioren / Dokumente / Generation 60+ Lebensqualität in der Gemeinde](#)

Pflegevertrag unter Angehörigen

Wird eine pflegebedürftige Person durch Angehörige betreut, tauchen Fragen nach Entschädigung und Zeitaufwand oft erst nach dem Tod der Person auf. Darum ist es empfehlenswert, unter den Angehörigen Pflegeverträge abzuschliessen, falls die Arbeit der Pflege ungleich verteilt ist. Darin sollen Entschädigungen (evt. auch erst anlässlich der Erbteilung ausbezahlt), allfällige Ferienaufenthalte bei anderen Nachkommen oder sonstige Pflegeeinsätze möglichst genau geregelt werden. Durch klare Abmachungen lassen sich Unstimmigkeiten oder gar Erbstreitigkeiten nach dem Tod der zu pflegenden Person vermeiden.

Richtwerte für Kosten und Aufwand der Pflege durch Angehörige:

- Unterkunft pro Monat: 250 bis 600 CHF
- Verpflegung pro Tag: 21 bis 27 CHF
- Wäsche pauschal/Monat: 120 bis 200 CHF
- Genereller Stundenlohn: 20 bis 25 CHF

Pflege und Begleitung im Spital

Auch im **Spital Affoltern** kann die/der Sterbende begleitet werden. Es ist insbesondere möglich, die/den Angehörige/n jederzeit zu besuchen und in Absprache mit dem Pflegepersonal einige Pflegeverrichtungen zu übernehmen wie z.B. beim Essen behilflich sein oder beim Waschen des Patienten.

In der **Villa Sonnenberg**, dem Palliative Care-Kompetenzzentrum des Spitals Affoltern, werden unheilbar kranke Personen gepflegt und begleitet. Ziel ist die Linderung der körperlichen Symptome wie auch die Begleitung in der Bewältigung der Krankheit und im Sterben. Die Begleitung umfasst nicht nur die erkrankte oder sterbende Person, sondern auch deren Angehörige und Bezugspersonen.

Spital Affoltern
Sonnenbergstrasse 27
8910 Affoltern am Albis

Tel. 044 714 21 11
www.spitalaffoltern.ch

Sich auf den Tod eines Angehörigen vorbereiten

Die Spitex Knonaueramt hat ein Informationsblatt für Angehörige und Betreuende von sterbenden Menschen mit dem Titel *«die aller-letzte Zeit»* verfasst. Die Broschüre informiert über die Veränderungen bei Sterbenden, die unmittelbar vor dem Tod eintreten und gibt Ratschläge zum Umgang mit einem sterbenden Menschen.

Die Broschüre *«die aller-letzte Zeit»* kann bei der Spitex Knonaueramt bezogen werden:

Spitex-Zentrum Obfelden
Bächlerstrasse 11
8912 Obfelden

Tel. 044 762 50 40
www.spitexka.ch

Woran nach dem Tod zu denken ist:

- Der Tod muss durch eine Ärztin/einen Arzt bestätigt werden (Todesbescheinigung), Hausarzt oder Notfallarzt. Bei aussergewöhnlichen Todesfällen (gewaltsamer Tod, Unfall, Selbsttötung, unerklärlicher Tod) ist die Polizei zu benachrichtigen.
- Meldung an das Bestattungsamt der Wohngemeinde
- Meldung an das zuständige Zivilstandsamt (Todesort)
- Genaues Studium der persönlichen Wünsche (Seiten 3 - 16)
- Todesanzeige verfassen und drucken lassen (evtl. Einlageblätter als Einladung für Leidmahl)
- Couverts anschreiben
- Örtlichkeit für Leidmahl reservieren, Menüvorschläge
- Sargschmuck und Blumen bestellen
- Allfällige Termine absagen
- Schriftliche Meldung mit Kopie des Todesscheines an:
 - Krankenkasse
 - AHV
 - Pensionskasse
 - Bank/en, Post-Finance
 - Vermieter
 - Versicherungen
- Danksagungen drucken lassen
- Einreichung Testament beim zuständigen Bezirksgericht (letzter Wohnsitz)
- Eventuelle Testamentseröffnung
- Grabstein und Inschrift regeln

Abschied nehmen

Abschied von einer nahestehenden Person zu nehmen bedeutet auch, den Tod des Verstorbenen anzunehmen. Meistens erfolgt dies in Form einer Trauerfeier, es kann aber auch in einer anderen Art und Weise geschehen. Innerlich Abschied zu nehmen ist ein Prozess, der lange dauern kann. Gespräche mit anderen Angehörigen oder Personen, die Ihnen nahe stehen, erleichtern es, die Trauer zu verarbeiten und loszulassen.

Stille und Trauer

Trotz der vielen Aufgaben, die bei einem Sterbefall auf uns zukommen, ist es wichtig, sich Zeit zu nehmen, still zu werden, um auch innerlich Abschied nehmen zu können und die Gefühle der Trauer und des Schmerzes zuzulassen.

Unterstützung bei der Verarbeitung der Trauer bieten die Seelsorger der reformierten und katholischen Kirchgemeinden:

Evangelisch-reformierte
Kirchgemeinde
Chileweg 12
8912 Obfelden

Tel. 043 817 10 81
www.kircheobfelden.ch

Römisch-katholische
Pfarrei
Bachstrasse 18
8912 Obfelden

Tel. 043 322 61 25
www.kath-kirche.ch/affoltern/obfelden