

Wenn ich einmal sterbe...



<https://www.shutterstock.com/de/image-photo/white-memorial-rose-candles-244972291>

Wegleitung für den Pflege- und Todesfall

Inhalt

Einleitung	Seite 3
Persönliche Angaben	
Meine persönlichen Angaben	Seite 4
Angehörige, die zu kontaktieren sind	Seite 4
Ärztin/Arzt, Seelsorger/in, Pfarrer/in	Seite 5
Patientenverfügung	Seite 5
Organspende	Seite 7
Pflege	Seite 7
Wahl der Pflegeeinrichtung	Seite 7
Urteilsunfähigkeit / Demenz	Seite 8
Sterbeort	Seite 9
Bestattung	Seite 9
Sarg / Urne	Seite 9
Kleidung	Seite 9
Trauerfeier	Seite 10
Todesanzeige	Seite 10
Leidmahl	Seite 11
Grab	Seite 11
Spenden	Seite 11
Vollmacht Konten	Seite 11
Berater/in	Seite 12
Testament	Seite 12
Weitere Angaben	Seite 12
Anhang und Ergänzungen	Seite 13
Hinweise für Angehörige	
Pflege zu Hause	Seite 14
Pflegevertrag unter Angehörigen	Seite 14
Pflege und Begleitung im Spital	Seite 14
Sich auf den Tod eines Angehörigen vorbereiten	Seite 15
Woran nach dem Tod zu denken ist	Seite 15
Abschied nehmen	Seite 15
Stille und Trauer	Seite 16

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 häufig vor sich her. Diese Wegleitung soll Unterstützung bieten und Mut machen, sich mit dem Tod auseinanderzusetzen, und zwar mit dem eigenen, wie auch mit dem Tod von nahestehenden Menschen.

Die Wegleitung ist in zwei Teile gegliedert. Im ersten Teil können Wünsche und Vorstellungen im Zusammenhang mit der Pflege und dem eigenen Sterben formuliert 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.

Diese Wegleitung ist nicht nur für ältere Personen gedacht. Wir können 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 Wegleitung 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 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 miteinander darüber.

Wenn Sie diese Wegleitung 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 Angaben

Meine persönlichen Angaben

Name _____

Vorname _____

Geburtsdatum _____


Heimatort _____

Nationalität _____

Konfession _____

Adresse _____

Angehörige, die zu kontaktieren sind

Name, Vorname	Wohnort	
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Ärztin/Arzt, Seelsorger/in, Pfarrer/in

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

Name _____

Telefon _____

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

Name _____

Telefon _____

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. Ihre Angehörigen oder Bezugspersonen können so im Notfall nach Ihren Wünschen entscheiden.

Zum Beispiel bei diesen Organisationen erhalten Sie Informationen und Vorlagen zur Patientenverfügung:

FMH Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte «Patientenverfügung»

Postfach
3000 Bern 16

In gedruckter Form ist die Patientenverfügung in Deutsch und Französisch verfügbar. Eine Patientenverfügung inklusive Hinweiskarte können Sie gegen ein vorfrankiertes Rückantwortcouvert kostenlos bei der FMH bestellen. Die Patientenverfügung ist aber auch online abrufbar.

Caritas Schweiz

Adligenswilerstrasse 15
Postfach
6002 Luzern

Die Patientenverfügung ist online (www.caritascare.ch) gegen eine Gebühr bestellbar.

Pro Senectute Schweiz

Lavaterstrasse 60
Postfach
8027 Zürich

Der Docupass der Pro Senectute gibt Auskunft über die Patientenverfügung, den Vorsorgeauftrag, die Anordnung für den Todesfall und das Testament. Der Docupass kann gegen eine Gebühr online (www.prosenectute.ch) bestellt werden.

Schweizerisches Rotes Kreuz

Postfach
3001 Bern

Die Patientenverfügung sowie die Wegleitung können kostenlos online (www.vorsorge.redcross.ch) heruntergeladen werden.

Krebsliga des Kantons Zürich

Geschäfts- und Beratungsstelle Zürich
Freiestrasse 71
8032 Zürich

Die Patientenverfügung kann kostenlos online (www.krebsliga.ch) heruntergeladen werden.

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

Name _____

Adresse _____

Telefon _____

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 dem Spenderausweis erhalten Sie unter www.swisstransplant.org oder unter folgender Adresse:

Swisstransplant

Effingerstrasse 1

Postfach

CH-3011 Bern

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

Pflege

- Ich möchte - soweit es meine Angehörigen und Freunde als zumutbar empfinden - möglichst **zu Hause** gepflegt werden und sterben.
- Ich möchte im **Pflegheim 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:

- Pflegezentrum Sonnenberg**
Melchior Hirzel-Weg 42
8910 Affoltern am Albis
Tel. 044 714 27 25
www.pflegezentrum-sonnenberg.ch
- Senevita Obstgarten**
Obstgartenstrasse 9
8910 Affoltern am Albis
Tel. 043 322 69 69
www.senevita.ch
- Seewadel**
Zentrum für Gesundheit und Alter
Obere Seewadelstrasse 12
8910 Affoltern am Albis
Tel. 043 322 74 74
www.seewadel.info

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- oder Handlungsfähigkeit Ihre Personensorge (Behandlung und Pflege), Vermögenssorge und der Rechtsverkehr gehandhabt werden soll. 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 persönlich 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.

Die **Caritas Schweiz** bietet gegen Gebühr eine sehr übersichtliche Dokumentationsmappe zu den Themen Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Testament und Tod.

Bei der **Pro Senectute** kann der Dokupass mit Informationsbroschüre, Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Anordnung für den Todesfall und das Testament gegen eine Gebühr bezogen werden.

Die **Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB** des Kanton Zürich bietet online (www.kesb-zh.ch) ein Merkblatt für den Vorsorgeauftrag an.

Sterbeort

Wenn möglich, wünsche ich an folgendem Ort zu sterben:

- zu Hause / bei meinen Familienangehörigen
- im Spital oder Pflegeeinrichtung
- anderer Ort: _____

Bestattung

Ich wünsche folgende Bestattungsart:

- Erdbestattung
- Urnengrab
- Urnennischenwand (Beschriftung obligatorisch)
- Gemeinschaftsgrab mit Beschriftung
- Gemeinschaftsgrab ohne Beschriftung
- Urnenbeisetzung im Grab von: _____
- Andere Bestattungsart: _____
- Bestattung in einer anderen Gemeinde: _____

Sarg / Urne

- Ich wünsche den/die von der Gemeinde kostenlos zu Verfügung gestellte/n Sarg bzw. Urne
- Ich wünsche eine besondere Ausführung: _____
- Die Wahl des Sargs bzw. der Urne überlasse ich meinen Angehörigen.

Kleidung

- Ich wünsche für die Bestattung meine eigenen Kleider zu tragen. Folgende Kleider will ich tragen: _____
- Ich wünsche die vom Bestatter vorgesehenen Kleider.

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

Trauerfeier

- Ich wünsche eine übliche Trauerfeier/Abdankung mit Lebenslauf und Ansprache der Pfarrerin/des Pfarrers.
o Entwurf für den Lebenslauf liegt bei

- Ich wünsche, dass man sich mit folgender Person in Verbindung setzt:

- Für die Trauerfeier/Abdankung wünsche ich folgenden Text/Bibelspruch:

- Für die Trauerfeier/Abdankung habe ich folgende musikalischen Wünsche:

- Ich habe eigene Ideen von meiner religiösen Trauerfeier/Abdankung. Diese liegen als Anhang bei.

- Ich möchte keine religiöse Trauerfeier/Abdankung. Meine persönlichen Vorstellungen über meine Beisetzung befinden sich im Anhang.

- Weitere Wünsche:

Todesanzeige

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

- Ich wünsche nur die amtliche Todesanzeige der Gemeinde.
- Ich lege eine Adressliste für persönliche Todesanzeigen bei.

Leidmahl

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

Grab

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

Spenden

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

Vollmacht

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

mit Verfügungsrecht über

- mein Postkonto
Name: _____
Konto-Nr.: _____
- mein Bankkonto
Bank: _____
Konto-/IBAN-Nr.: _____


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:
Name: _____
Adresse: _____
: _____
- Ich habe kein Testament verfasst.

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:

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

Anhang und Ergänzungen

Hinweise für Angehörige

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**“. Die Broschüre kann bei der Gemeindeverwaltung bezogen oder im Internet auf der Homepage der Gemeinde eingesehen werden.

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 (evtl. auch erst anlässlich der Erbteilung ausbezahlt), allfällige Ferientaufenthalte 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 vermieden.

Richtwerte für Kosten und Aufwand der Pflege durch Angehörige:

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

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 zum Beispiel 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 Angehörigen und Bezugspersonen.

Spital Affoltern AG
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 allerletzte 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 allerletzte Zeit“ kann bei der Spitex Knonaueramt bezogen werden.

Spitex Knonaueramt
Werkstrasse 1
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, Hausarzt oder Notfallarzt bestätigt werden (Todesbescheinigung). Bei aussergewöhnlichen Todesfällen (gewaltsamer Tod, Unfall, Selbsttötung, unerklärlicher Tod) ist die Polizei zu benachrichtigen.
- Meldung an das Bestattungsamt der Wohngemeinde
- Mit Kirche Kontakt aufnehmen (Abdankung)
- Todesanzeige verfassen
- Lokal für Leidmahl reservieren
- Sargschmuck und Blumen bestellen
- Allfällige Termine absagen
- Schriftliche Meldung mit Kopie des Todesscheines an:
 - Krankenkasse
 - AHV
 - Pensionskasse
 - Bank/en, Post-Finance
 - Vermieter
 - Versicherung
 - ...
- Danksagungen drucken
- Einreichung Testament beim zuständigen Bezirksgericht (letzter Wohnsitz)
- Grabstein und Inschrift

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 nahestehen, 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 Kirche
Chileweg 12
8912 Obfelden

Tel. 043 817 10 81
www.kircheobfelden.ch

Katholische Kirche
Bachstrasse 18
8912 Obfelden

Tel. 044 761 99 19
www.kath-affoltern.ch