NHS
North Bristol
NHS Trust

BRISTOL
MEMORIAL
WOODLAND
TRUST

gentle
dusk



Ghid pentru
planificarea sfârșitului vieții

Alegerile proprii - planificarea anticipată



Alegerile proprii
Planificarea anticipată

Introducere

„Posibilitatea de a se gândi și de a vorbi despre ultima etapă a vieții este foarte importantă pentru mulți oameni, deoarece le oferă șansa de a face planuri și de a-și comunica dorințele persoanelor care contează cel mai mult pentru ei și celor care pot fi implicați în îngrijirea lor.



Planificarea anticipată presupune să începeți să discutați cu persoanele importante pentru dumneavoastră și cu profesioniștii din domeniul sănătății. Puteți discuta despre decizii privind tratamentele medicale, locul preferat de îngrijire, aspectele juridice și planificarea înmormântării. Informațiile sunt esențiale și sperăm ca în această broșură să găsiți indicații structurate și clare pentru toate aspectele pregătirii pentru sfârșitul vieții și după aceea."

Lisa Thomas, asistent medical de specialitate, asistent șef al departamentului de medicină paliativă și îngrijire a pacienților aflați în fază terminală, North Bristol Trust

Cuprins

Planificarea anticipată - de ce să o facem?	Pagina 2
Planificarea anticipată a îngrijirii	Pagina 4
Dispozițiile anticipate	Pagina 5
Decizia anticipată de a refuza tratamentul	Pagina 6
Procura de lungă durată	Pagina 7
Testamentul	Pagina 10
Ajutoarele sociale și indemnizațiile	Pagina 14
Planificarea serviciilor funerare	Pagina 15
Costurile serviciilor funerare	Pagina 18
Donarea corpului	Pagina 20
Donarea de organe și țesuturi	Pagina 21
Patrimoniul digital	Pagina 22
Observații	Pagina 23/24

Această broșură este disponibilă în format electronic în limbile arabă, engleză, poloneză, română și somaleză pe pagina Resources (Materiale) de pe www.bristolmemorialwoodlandtrust.org.



Planificarea anticipată

Planificarea anticipată poate fi foarte folositoare pentru cei care au fost diagnosticați cu o boală incurabilă. De asemenea, pot apela la planificarea anticipată persoanele de orice vârstă care doresc să își pună în ordine afacerile, cei care știu ce și-ar dori sau nu la sfârșitul vieții și cei care doresc să nu îi împovăreze pe cei apropiați cu deciziile și sarcini dificile.

În cazul în care, din orice motiv, o persoană este incapabilă să ia o hotărâre pentru sine sau să comunice, atunci profesioniștii din domniul sănătății și cei apropiați se pot orienta după planurile făcute în prealabil. Majoritatea oamenilor consideră că planurile îi ajută să fie mai puțin îngrijorați și neliniștiți cu privire la viitor și le oferă un sentiment de putere și control într-un moment în care simt adeseori că le-a fost luat.

Dacă vă gândiți să planificați modul în care veți primi îngrijiri din cauză că dumneavoastră sau o persoană apropiată a primit un diagnostic care reduce speranța de viață, aceasta poate fi o situație foarte dificilă, care trezește multe emoții puternice. Este foarte important să aveți grijă de dumneavoastră și de bunăstarea dumneavoastră. Citiți informațiile privind sprijinul emoțional, durerea pricinuită de pierderea unei persoane dragi și obținerea de sprijin și ajutor, dacă aveți nevoie (broșura 2, „Decesul unei persoane dragi", pagina 25, pe care o puteți găsi pe pagina Resource pe site-ul **Bristol Memorial Woodland Trust** sau puteți solicita un exemplar tipărit telefonând la numărul 01454 414 999).

Planificarea anticipată poate implica stabilirea planurilor pentru sănătatea dumneavoastră viitoare, îngrijirea la sfârșitul vieții, precum și aspecte juridice și serviciile funerare. În termeni profesioniști poartă adeseori denumirea de **Planificarea anticipată a îngrijirii**.

Planificarea anticipată a îngrijirii vă poate ajuta să vă pregătiți pentru ce va urma. Este un bun prilej să vă gândiți, să discutați și să vă scrieți dorințele și preferințele privind îngrijirea pe care doriți să o primiți în viitor și în ultimele zile de viață. Un Plan anticipat de îngrijire vă poate ajuta pe dumneavoastră și pe cei care vă îngrijesc (familia, prietenii și profesioniștii din domeniul sănătății) să înțelegeți ce este important pentru dumneavoastră.

Vă poate ajuta să discutați despre planificarea anticipată a îngrijirii cu familia sau/și prietenii, chiar dacă uneori poate fi dificil din cauza emoțiilor sau din cauză că familia sau prietenii pot să nu fie de acord. Când va veni momentul, va fi foarte util să fi purtat discuțiile respective și să puteți apela la ceea ce ați stabilit în scris.

Din planificarea anticipată a îngrijirii pot face parte declarația anticipată privind dorințele și preferințele, decizia anticipată de a refuza tratamentul și procurile de lungă durată.

Atenție! Există o serie de planuri de îngrijire la sfârșitul vieții care pot fi confirmate prin documente. Puteți întocmi cât de multe sau cât de puține considerați potrivit pentru dumneavoastră și le puteți completa în ritmul potrivit pentru dumneavoastră.

Avantajele planificării anticipate a îngrijirii:

- Sentimentul unui control mai bun asupra viitorului.
- Mai puține îngrijorări și neliniști în privința viitorului.
- Asigură satisfacerea nevoilor și respectarea alegerilor persoanelor aflate la sfârșitul vieții - ori de câte ori este posibil, acestea sunt îngrijite și decedează în locul pe care l-au ales.
- Mai puține crize și intervenții nedorite cu îngrijirea proactivă.
- Reducerea poverii asupra familiei sau celor apropiați.
- Reducerea fricii de moarte.
- Reducerea conflictelor între membrii familiei.
- Reducerea la minimum a sentimentului de vinovăție și a regretului în rândul persoanelor îndoliate. Parcurgerea mai ușoară a etapelor din perioada de doliu.

Informații suplimentare

Seria de documentare realizate de BBC Ideas include un film scurt (5 minute) despre provocările și avantajele planificării sfârșitului vieții: www.bbc.co.uk/ideas/videos/should-everyone-have-an-end-of-life-plan/p099x2yh

Planificarea anticipată a îngrijirii

Planificarea anticipată a îngrijirii

- **Dispozițiile anticipate** (pagina 5)
  - Declarația oficială a ceea ce o persoană DOREȘTE să se întâmple.
  - Îi poate ajuta pe clinicieni să stabilească planul de îngrijire individuală al unei persoane.
  - Nu este un act cu efecte juridice.
- **Deciziile anticipate de a refuza tratamentul (DART)** (pagina 6)
  - Declarația oficială a ceea ce o persoană NU DOREȘTE să se întâmple.
  - Act cu efecte juridice.
  - Legate de capacitatea de a lua decizii (Legea privind capacitatea mintală).
- **Procura de lungă durată (PLD)** (pagina 7)
  - Înregistrarea oficială a persoanei care va lua hotărârile în numele dumneavoastră.
  - Act cu efecte juridice.

Atenție! După ce ați finalizat planificarea anticipată a îngrijirii (dispozițiile anticipate, decizia anticipată de a refuza tratamentul, procura de lungă durată), anunțați-i pe cei apropiați și spuneți-le unde o păstrați. Cel mai bine ar fi să le înmânați un exemplar.

Le va fi util și le va permite să informeze orice furnizor de servicii medicale care vă tratează cu privire la dorințele dumneavoastră în cazul în care nu sunteți în măsură să le exprimați personal. Puteți și să anunțați medicul de familie și medicul special sub supravegherea căruia vă aflați.



Dispozițiile anticipate

Documentul intitulat „Dispoziții anticipate" cuprinde preferințele, dorințele, convingerile și valorile dumneavoastră cu privire la îngrijirea viitoare. Pentru cei apropiați și echipa de profesioniști din domeniul sănătății, această declarație a preferințelor reprezintă un ghid în ceea ce privește cea mai bună modalitate de a avea grijă de dumneavoastră atunci când nu aveți capacitatea de a lua deciziile personal sau de a le comunica. Vă permite să beneficiați în mod direct de serviciile de îngrijire. Cadrele specializate și persoanele apropiate pot face tot ce le stă în putință pentru a vă oferi îngrijirile dorite și preferințele pe care vi le-ați exprimat.

Acest document acoperă toate aspectele îngrijirilor de sănătate sau de asistență socială. Trebuie să stabilească ceea ce v-ar oferi o bună calitate a vieții, ceea ce este important pentru dumneavoastră. Printre aceste aspecte se pot număra:

- Locul în care ați dori să fiți îngrijit, de exemplu, acasă sau într-un centru de îngrijire.
- Ce este important pentru dumneavoastră în locul respectiv (să vedeți natura, familia sau copiii).
- Cum vă place să faceți lucrurile, de exemplu dacă preferați un duș în locul unei băi sau dacă vă place să dormiți cu lumina aprinsă, preferințele muzicale și alimentare, programele TV sau radio preferate etc.
- Cum doriți să se reflecte convingerile religioase sau spirituale în îngrijirea dumneavoastră.
- Aspecte practice, de exemplu, cine va avea grijă de animalul dumneavoastră de companie dacă vă îmbolnăviți.
- Care sunt dorințele dumneavoastră pentru înmormântare (înhumare, incinerare etc.).

Este indicat să notați aceste informații pentru ca persoanele din jur să le poată consulta.

Declarația privind dispozițiile anticipate nu este un act cu efecte juridice, dar are statut legal și orice persoană care ia decizii cu privire la îngrijirea dumneavoastră trebuie să țină seama de aceasta. Aici puteți găsi exemple de documente pentru planificarea anticipată a îngrijirii:

- Planul anticipat de îngrijire Gentle Dusk este o modalitate prin care puteți înregistra declarația privind dorințele și preferințele: Resources – Gentle Dusk.
- **Ghid de planificare a serviciilor funerare:**
  Home | Bristol Memorial Woodland Trust (www.bristolmemorialwoodlandtrust.org).

Dacă doriți versiunea tipărită a acestui document, contactați
Bristol Memorial Woodland Trust.
Telefon: 01454 414 999 sau trimiteți un e-mail la trust@memorialwoodlands.com



Decizia anticipată de a refuza tratamentul

Din punct de vedere legal, nu putem solicita anumite tratamente, dar putem alege să refuzăm tratamentele. O decizie anticipată de refuz al tratamentului (cunoscută uneori sub numele de decizie anticipată, DART sau testament biologic) este o decizie pe care o puteți lua în momentul de față de a refuza un anumit tip de tratament la un moment dat în viitor (atunci când nu aveți capacitatea de a participa la luarea deciziei).

Pacienții pot afirma, de exemplu, că nu doresc să fie resuscitați sau că nu doresc alimentație artificială ori chimioterapie. Este foarte util să discutați despre decizia anticipată de a refuza tratamentul cu medicul dumneavoastră sau cu specialistul din domeniul sănătății în îngrijirea căruia vă aflați.

Decizia anticipată de a refuza tratamentul este un act cu efecte juridice. Trebuie să fie un document scris semnat în prezența martorilor. În momentul redactării trebuie să aveți cel puțin 18 ani și să fiți în deplinătatea facultăților mentale.

Documente locale și naționale:

În cadrul fundației NHS North Bristol și al fundațiilor NHS Bristol, North Somerset și South Gloucestershire NHS Trusts, procesul și formularul utilizat se numesc ReSPECT, care reprezintă abrevierea pentru „Recommended Summary Plan for Emergency Care and Treatment" (planul sumar recomandat pentru îngrijire și tratament de urgență).

Procesul ReSPECT vizează dezvoltarea unei înțelegeri comune între profesionistul din domeniul sănătății și pacient cu privire la starea acestuia, la rezultatele pe care pacientul le apreciază și la cele de care se teme, precum și la modul în care sunt integrate tratamentele și intervențiile, cum ar fi resuscitarea cardiopulmonară (RCP).

Procesul ReSPECT creează o recomandare personalizată pentru îngrijirea clinică în situații de urgență în care nu sunteți capabil să luați decizii sau să vă exprimați dorințele. Documentul ReSPECT are o structură dinamică. Poate fi actualizat în orice moment. ReSPECT v3-1-formSPECIMENFINAL.pdf (www.resus.org.uk)

Alte exemple de decizii anticipate de refuz pot fi găsite pe site-urile Macmillan Advance Decision to Refuse Treatment (www.macmillan.org.uk) sau Compassion in Dying advance-decision-pack-v2.3.pdf (www.compassionindying.org.uk)

Atenție! Rețineți că toate aceste documente (declarația privind deciziile anticipate și decizia anticipată de a refuza tratamentul) intră în vigoare numai în momentul în care deveniți incapabil să luați decizii singur și/sau să comunicați (cum ar fi în urma unui accident vascular cerebral sau din cauza afecțiunilor precum demență/Alzheimer, alte boli neurologice etc.). Atât timp cât aveți capacitatea mentală și puteți comunica, veți lua parte la discuție. O bună practică este revizuirea acestor documente o dată la câțiva ani sau atunci când circumstanțele dumneavoastră se schimbă.



Procura de lungă durată

Membrii familiei sau apropiații nu au în mod automat dreptul de a vorbi în numele persoanei dragi sau de a-i rezolva problemele, fie că este vorba de simpla plată a unei facturi sau de a decide care este cea mai bună îngrijire. Este important să desemnați legal pe cineva care să se ocupe de aceste aspecte. Procurile de lungă durată (PLD) sunt documente juridice prin care alegeți una sau mai multe persoane care să vă ajute să luați decizii în numele și în interesul dumneavoastră în cazul în care sunteți incapabil din punct de vedere fizic și/sau nu aveți capacitatea mentală de a lua decizii.

Există două tipuri de procuri de lungă durată: una pentru situația financiară și una pentru sănătate și bunăstare. În lipsa unei PLD pentru sănătate și bunăstare, persoana care vă îngrijește - chiar dacă este soțul/soția sau o rudă apropiată - poate să nu aibă permisiunea de a lua decizii în interesul dumneavoastră.

Avantajele procurilor de lungă durată:

- Liniște sufletească.
- Puteți alege cine ia decizii în numele dumneavoastră.
- O altă persoană se poate ocupa de treburile dumneavoastră atunci când vă aflați în imposibilitatea de a vă ocupa personal în modul în care doriți.
- Puteți trasa indicații cu privire la tratamentul și îngrijirea pe care le doriți.

Procura de lungă durată pentru sănătate și bunăstare (deciziile privind serviciile de sănătate și îngrijire)

Această PLD împuternicește mandatarul să ia decizii în privința dumneavoastră, „donatorul" cu privire la aspecte precum:

- Activitățile zilnice, de exemplu, spălatul, îmbrăcatul și luarea meselor.
- Îngrijirile medicale.
- Mutarea într-un centru de îngrijire.
- Tratamentul de susținere a vieții (dacă mandatarul a fost împuternicit de către donator). Din punct de vedere juridic, procura poate fi utilizată **numai** atunci când „donatorul" este incapabil să ia decizii personal.

Procura de lungă durată pentru bunuri și situația financiară (decizii financiare)

Se poate utiliza imediat ce este înregistrată, cu permisiunea donatorului. De asemenea, donatorul poate stabili parametrii/limitele de utilizare a acesteia. Această PLD împuternicește mandatarul să ia decizii cu privire la finanțele/banii și bunurile donatorului, de exemplu:

- Gestionarea contului bancar.
- Plata facturilor.
- Primirea ajutoarelor sociale sau a pensiei.
- Vânzarea casei. Donatorul poate include indicații specifice cu privire la modul în care dorește să îi fie administrate finanțele și locuința.

Observație: Procura de lungă durată încetează/își pierde valabilitatea la data decesului donatorului.

Etapele principale pentru întocmirea unei procuri de lungă durată

Mai întâi, trebuie să alegeți mandatarul (puteți împuternici mai multe persoane), completați formularele pentru a-l desemna mandatar, apoi înregistrați PLD la Office of the Public Guardian (Biroul Autorității Tutelare).



1. Puteți găsi îndrumări și formulare pe www.gov.uk/power-of-attorney
2. Alegeți mandatarul/mandatarii, persoana responsabilă cu completarea formularului procurii și martorul/martorii.
3. Stabiliți statutul mandatarului/mandatarilor.
4. Discutați cu mandatarul/mandatarii și asigurați-vă că eventualele preferințe sau instrucțiuni sunt fie precizate în PLD, fie comunicate în scris, cum ar fi prin trimiterea unui e-mail cu dorințele și instrucțiunile dumneavoastră.
5. Completați formularele (online și/sau pe hârtie) pentru desemnarea mandatarului și răspundeți la întrebările cheie.
6. Stabiliți semnatarii documentului. Există o anumită ordine. Sfat: Încercați să îi reuniți pe toți în aceeași zi.
7. Înregistrați PLD la Office of the Public Guardian (Biroul Autorității Tutelare). Observație: Înregistrarea poate dura câteva luni. Sfat: Trimiteți documentele originale cu serviciul Track and Sign (urmărire și confirmare de primire). Păstrați-vă exemplare pentru a le putea consulta ulterior. Rețineți! Mandatarii nu pot acționa înainte ca PLD să fi fost înregistrată. Veți primi o scrisoare de confirmare a înregistrării.
8. Atunci când primiți PLD, verificați dacă toate detaliile sunt corecte și dacă sunt necesare cópii legalizate suplimentare pentru dumneavoastră și mandatar/mandatari. Observație: Biroul Autorității Tutelare (Office of the Public Guardian) eliberează un număr de identificare la înregistrarea online cu care anumite companii pot verifica cine sunt mandatarii și pot vizualiza un rezumat al informațiilor.

Atenție! Este o bună practică să îi dați mandatarului un exemplar al declarației dumneavoastră privind deciziile anticipate, pentru a putea primi ajutor în luarea celor mai bune decizii pentru dumneavoastră.

Aspectele legale descrise în procura de lungă durată au exclusiv scop informativ general. Informațiile nu constituie consiliere juridică, nu reprezintă o declarație oficială în temeiul legii și nu vor fi tratate ca atare.

Pentru înregistrarea unei procuri de lungă durată se percepe o taxă (82 de lire sterline la data tipăririi prezentei broșuri). Dacă aveți venituri reduse, vi se poate acorda o reducere de 50%, iar dacă primiți ajutoare sociale în funcție de venituri, nu va trebuie să plătiți nimic.

Telefon: **0300 456 0300** (serviciu de asistență telefonică)
Luni, marți, joi, vineri: 9:30 - 17:00, miercuri: 10:00 - 17:00

E-mail: **customerservices@publicguardian.gov.uk**

În scris la: Office of the Public Guardian, PO Box 16185, Birmingham B2 2WH





Testamentul

Ca parte a aspectelor legale care trebuie instituite, puteți lua în considerare, dacă doriți, și întocmirea unui testament. Îl puteți redacta personal sau puteți solicita consiliere din partea unui profesionist. Pentru informații despre întocmirea unui testament oferite de guvernul Regatului Unit, accesați pagina: „Making a will: Overview - GOV.UK" (www.gov.uk)

De ce ar trebui să îmi fac testamentul?

Prin testament decideți ce se va întâmpla după moartea dumneavoastră cu banii, proprietățile și bunurile pe care le dețineți.

Dacă decedez fără să fac testament, ce se întâmplă?

Dacă decedați fără să fi întocmit un testament, legea stabilește cine ce primește din patrimoniul dumneavoastră, conform regulilor legale de succesiune „ab intestat" (moștenirea legală). Regulile actuale privind moștenirea legală depind de locul în care locuia defunctul: Anglia și Țara Galilor sau Scoția ori Irlanda de Nord.



Se stabilește apoi ordinea de succesiune în funcție de valoarea patrimoniului succesoral, care diferă în funcție de țările enumerate mai sus.

Pentru a determina dacă patrimoniul va fi transmis după regulile legale (dacă nu aveți un testament întocmit) și/sau a defunctului (fără testament), consultați: www.gov.uk/inherits-someone-dies-without-will

Care sunt criteriile principale pentru întocmirea unui testament?

Pentru ca testamentul dumneavoastră să fie valabil din punct de vedere legal, trebuie:

- să aveți 18 ani sau peste.
- să îl întocmiți voluntar.
- să fiți în deplinătatea facultăților mintale.
- să îmbrace formă scrisă.
- să îl semnați și datați în prezența a **doi martori**, ambii în vârstă de peste 18 ani.
- să vă asigurați că martorii (i) au menționat adresele de domiciliu, (ii) au datat și (iii) au semnat testamentul în prezența **dumneavoastră**.

Observații:

- **Martorul** trebuie să fie un adult independent care nu este rudă cu testatorul și nu are niciun interes personal în testament (adică nu beneficiază de testamentul/patrimoniul dumneavoastră). Un vecin sau un prieten de familie reprezintă martorul ideal. **Soțul/soția sau partenerul/partenera din cadrul parteneriatului civil nu poate fi martorul persoanei care întocmește testamentul.**
- Testamentul trebuie semnat olograf, iar martorii trebuie să vadă în mod clar persoana și actul pe care îl semnează.
- Testatorul (sau persoana împuternicită să semneze în numele său) și martorii trebuie să semneze **același** document.
- Dacă testamentul are mai mult de o pagină, dumneavoastră și cei doi martori trebuie să semnați cu inițialele pe fiecare pagină, astfel încât să nu poată fi adăugate alte pagini în viitor.
- Dacă aduceți modificări testamentului, **trebuie** să urmați din nou același proces de semnare de către dumneavoastră și martori.



Este adevărat că numai testamentul olograf original este valabil și trebuie păstrat în siguranță?

Da, pentru a administra patrimoniul conform dispozițiilor din testamentul final al defunctului, testamentul original se trimite la Probate Registry (Registrul de validare a testamentelor), care va elibera un document de recunoaștere a drepturilor (Grant of Probate) pentru executorul/executorii testamentar(i).

Iată câteva sugestii:

Acasă – depozitați documentul într-un loc sigur, de exemplu, într-un seif sau fișet încuiat sau luați în considerare o folie pentru documente/mapă ignifugă. Informați persoanele relevante (adică executorii testamentari) cu privire la locul în care se află testamentul și cum poate fi accesat.

Avocați – Dacă testamentul este întocmit de avocați, aceștia asigură în general păstrarea în mod gratuit. Solicitați întotdeauna o copie a testamentului, însoțită de o scrisoare prin care se confirmă păstrarea testamentului dumneavoastră.

Bănci – Interesați-vă la banca dumneavoastră despre serviciile oferite și dacă există comisioane aferente. Verificați întotdeauna care este procedura de retragere a testamentului după decesul dumneavoastră. Aceasta este diferită în situația în care solicitați personal retragerea testamentului.

Depozitarul de stat - instanțele de judecată (HM Courts & Tribunals Service - HMCTS). Se achită o taxă unică în valoare de 20 de lire sterline (la momentul tipăririi broșurii). Testamentul și orice codicil existent vor fi păstrate în siguranță și le puteți retrage în orice moment dumneavoastră sau legatarii, după decesul dumneavoastră.

Detalii suplimentare privind depozitarul de stat sunt disponibile online: www.gov.uk/government/publications/store-a-will-with-the-probate-service/how-to-store-a-will-with-the-probate-service

Doresc să includ în testament o donație către o organizație caritabilă, ce trebuie să precizez?

Puteți preciza ce anume doriți să donați:

- o sumă fixă.
- un obiect.
- ce rămâne după ce au fost distribuite alte donații.
- un procent din ceea ce rămâne dacă doriți să donați către mai multe organizații caritabile.





Care sunt avantajele includerii unei donații către o organizație caritbailă?

Donația dumneavoastră:

- va fi scăzută din valoarea patrimoniului succesoral **înainte de calculul** taxei pe succesiune sau
- va reduce taxa pe succesiune dacă donați în scop caritabil 10% sau mai mult din patrimoniul succesoral.

Mi-am făcut deja testamentul - cât de des ar trebui să îl revizuiesc și cum pot să îl actualizez?

Detalii suplimentare privind revizuirea și/sau modalitatea de actualizare a testamentului pot fi găsite pe: www.gov.uk/make-will/updating-your-will

*Aspectele legale descrise în **paragraful Testamentul** au exclusiv scop informativ general. Informațiile respective nu constituie consiliere juridică, nu reprezintă o declarație oficială în temeiul legii și nu vor fi tratate ca atare. Este responsabilitatea dumneavoastră să obțineți consiliere juridică, după caz, înainte de a acționa pe baza acestor informații.*



Ajutoarele sociale/indemnizațiile

Puteți depune cerere pentru ajutoare financiare. Ajutorul financiar pentru independența personală (PIP - Personal Independence Payment) pentru persoane care nu au împlinit vârsta de pensionare sau indemnizația pentru asistență (AA - Attendance Allowance) pentru persoanele care au împlinit vârsta de pensionare nu sunt condiționate de economiile sau veniturile personale.

Aveți nevoie de un formular medical de însoțire intitulat „Dispoziții speciale" (Special Rules SR1) care trebuie completat de un profesionist din domeniul sănătății, așadar solicitați spitalului, echipei de specialiști sau medicului de familie să completeze acest formular pentru dumneavoastră. Există și alte ajutoare financiare care se acordă în funcție de venituri, cum ar fi ajutorul de incapacitate de muncă (ESA - Employment Support Allowance).

Puteți obține informații la zi și îndrumări de la Citizens Advice (Biroul de consiliere pentru cetățeni), departamentul pentru persoane cu afecțiuni medicale sau dizabilități și îngrijitori.

Citizens Advice Luni-vineri 9:30 – 15:00

Apel gratuit: **0808 278 7957**

Telefon pentru persoane cu deficiențe de auz: **0800 144 88 84**

Macmillan Cancer Support: informații despre cancer, costul vieții și explicații despre obținerea ajutoarelor financiare Macmillan Cancer Support

Telefon: **0808 239 3783** zilnic, de la 8:00 la 20:00.

Planificarea serviciilor funerare

Cei mai mulți dintre noi preferăm să nu ne gândim prea mult la sfârșitul vieții. Cu toate acestea, cei care își pun afacerile în ordine și aleg **cum își doresc** să decurgă înmormântarea lor au adesea un sentiment de control și de putere.

Comunicarea dorințelor dumneavoastră privind înmormântarea poate ușura sarcinile celor rămași în urmă. Îi scutește în mare măsură de luarea deciziilor într-un moment greu și le dă sentimentul că fac ceea ce trebuie pentru persoana care a decedat. Aceasta poate fi o mare consolare.

Conform rapoartelor anuale ale Sunlife (Sun Life Annual Survey 2024, 2022), jumătate dintre înmormântări trebuie organizate fără să se cunoască dorințele persoanei dragi decedate. Casele de pompe funebre declară în mod regulat că familiile care au discutat deja despre dorințele de înmormântare cu persoana dragă înainte ca aceasta să moară au considerat că procesul funerar este mai ușor. Notarea dorințelor va fi de ajutor pentru familia dumneavoastră care va înțelege și vă va aprecia preferințele.

Nu există un mod corect sau greșit de a organiza o înmormântare. Ceea ce este important este ca toți cei implicați să plece cu sentimentul că și-au luat adio și și-au adus mulțumirile într-o manieră corectă și plină de însemnătate.

Poate că aveți concepte religioase care stabilesc ce trebuie să se întâmple la înmormântarea dumneavoastră sau poate doriți ca totul să decurgă conform propriilor dorințe. Dar, mai presus de toate, nu uitați că este alegerea dumneavoastră și că în secolul al XXI-lea înmormântările pot fi cât de diferite și personalizate doriți. Pot avea loc în locuri special amenajate pentru înmormântări ecologice, crematorii, chiar și în locuri private și pot fi tradiționale sau ceva mai moderne.





Exprimați-vă dorințele

Notați-vă dorințele într-un document și spuneți cuiva apropiat unde se află acesta. Puteți alege dacă doriți să fiți înhumat sau incinerat. Puteți cumpăra dinainte locul de veci, astfel încât să știți unde va fi îngropat corpul sau cenușa dumneavoastră. O altă variantă sunt cavourile, unde membrii familiei își pot dormi somnul de veci împreună. Un loc de veci cu criptă sau loc pentru urna cu cenușă le oferă posibilitatea generațiilor viitoare să vină pentru a vă onora memoria și să știe că vă aflați acolo.

Dacă preferați incinerarea, precizați ce doriți să se întâmple cu cenușa. Aceasta poate fi îngropată, păstrată de un membru al familiei, împrăștiată de familie într-un loc ales sau crematoriul o va împrăștia în grădinile sale memoriale. Nu uitați că trebuie să dețineți permisiunea proprietarului terenului.



De ce să nu alegeți ce muzică ați dori să se audă la înmormântarea dumneavoastră sau ce poezie preferată să fie recitată și cum ați dori ca oamenii să își amintească de funeraliile dumneavoastră? Puteți direcționa donații către o organizație caritabilă. Puteți găsi informațiile utile în capitolul dedicat înmormântării din broșura 2, „Decesul unei persoane dragi" (pagina 13), pe care o puteți consulta pe site-ul Bristol Memorial Woodland Trust (www.bristolmemorialwoodlandtrust.org). În broșură veți găsi detalii despre ce presupune o înmormântare. Puteți consulta și documentele elaborate în scop orientativ.

Puteți găsi un model de **document de planificare a serviciilor funerare** pe site-ul Bristol Memorial Woodland Trust (www.bristolmemorialwoodlandtrust.org) sau, dacă doriți un exemplar tipărit, contactați fundația la numărul de telefon 01454 414 999 sau prin e-mail la trust@memorialwoodlands.com.

Dorințele referitoare la înmormântare nu produc efecte juridice după deces. Prin urmare, este indicat să desemnați o persoană care se va ocupa de înmormântare. Veți avea astfel siguranța că dorințele dumneavoastră vor fi respectate. De asemenea, este util, și adesea terapeutic, ca partenerul, familia și/sau prietenii dumneavoastră să vă poată respecta dorințele după ce nu veți mai fi.

Pentru aceștia, îndeplinirea dorințelor face parte din procesul prin care trec în perioada de doliu. Tot pentru aceste momente vă puteți gândi la nevoile lor și poate să le includeți cumva în serviciile funerare. Poate că cineva dorește să fie unul dintre cei care duc sicriul sau să țină un discurs funerar la slujbă.

Costurile se împart în două etape. Prima etapă este cea a „cheltuielilor administrative": sumele pe care trebuie să le achitați pentru medici (în cazul incinerării), locul de veci, cimitir sau crematoriu și preot. Aici pot intra și costurile parastasului la un local. A doua etapă este cea a „cheltuielilor de înmormântare" pentru aranjamentele organizate de casa de pompe funebre, presupunând că apelați la serviciile acesteia.

Acestea includ costul preluării și toaletării corpului, costurile pentru sicriu, priveghi, mașină funerară și mașini din alaiul mortuar, flori și program funerar, necrologuri și toate aranjamentele profesionale. Dacă apelați la o casă de pompe funebre, interesați-vă de costuri imediat ce v-ați hotărât ce doriți.



Costurile serviciilor funerare

La momentul tipăririi acestei broșuri, costul mediu al unui pachet standard de înmormântare era de 4.285 de lire sterline (sondajul anual Sun Life 2025). Include costurile de incinerare sau înhumare, casa de pompe funebre, limuzina, sicriul din gama medie, medicul și părintele sau preotul care oficiază slujba.

Nu include costul locului de veci pentru îngroparea cenușii sau a sicriului, cost care începe de obicei de la 1.500 de lire sterline. De asemenea, vă puteți aștepta să plătiți, în medie, încă 2.961 de lire sterline pentru funeralii (sondajul anual Sun Life 2025): ceremonia de comemorare, anunțuri de deces și detalii despre înmormântare, flori, programul ceremoniei, limuzine suplimentare, precum și localul și meniul pentru priveghi.

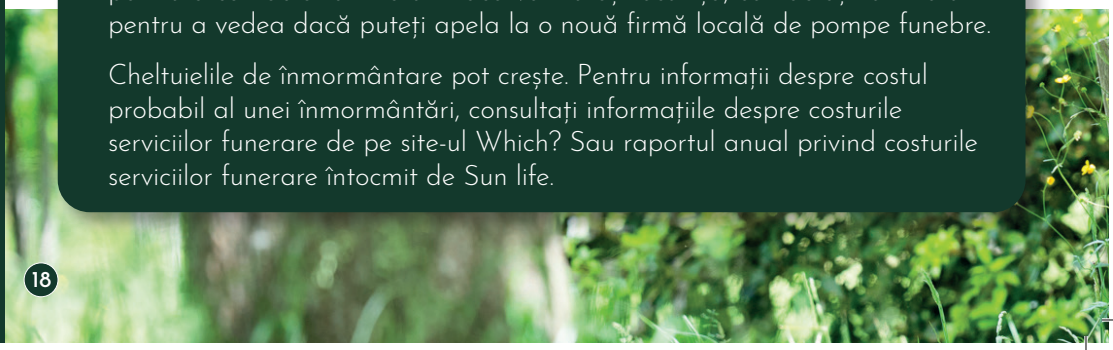
Cel mai accesibil tip de înmormântare este incinerarea directă, care costă 1.597 de lire sterline sau înmormântarea directă, ale cărei costuri se ridică la 1.527 de lire sterline (sondajul anual Sun Life 2025). Există înmormântări fără servicii funerare, trupul decedatului fiind dus direct la crematoriu sau, alternativ, la cimitir și înmormântat. Pentru mai multe informații despre costul unei înmormântări, puteți consulta „Funeral Costs - SunLife's Cost of Dying Report" (Costurile serviciilor funerare - Raportul SunLife privind costurile înmormântării) Funeral Costs - Cost Of Dying Report 2025 | SunLife

De asemenea, puteți lua în calcul încheierea unei polițe de asigurare de deces (prima de asigurare se poate achita în rate lunare, în general o sumă variabilă care **nu** exclude indexarea cu rata inflației și care trebuie în general achitată înainte de deces). **Planul funerar preplătit** (în care suma care trebuie plătită reprezintă „costurile din ziua respectivă", chiar dacă înmormântările s-au scumpit până la momentul decesului, de obicei se oferă prețuri fixe și costuri stabilite).

Asigurați-vă că furnizorul planului funerar preplătit este înregistrat la Financial Conduct Authority (FCA - Autoritatea de Supraveghere Financiară). Prin lege, furnizorii trebuie să fie înregistrați. Acest aspect asigură un nivel de securitate financiară pentru planul dumneavoastră.

Sfaturi pentru planurile funerare preplătite: Comparați furnizorii de planuri funerare. Faceți o „listă" cu ceea ce DORIȚI să includă. Consultați politica de rambursare în cazul în care doriți să vă schimbați planurile sau furnizorul. Asigurați-vă că familia/prietenii știu numărul poliței/ detaliile pentru a contacta furnizorul. Dacă vă mutați locuința, contactați furnizorul pentru a vedea dacă puteți apela la o nouă firmă locală de pompe funebre.

Cheltuielile de înmormântare pot crește. Pentru informații despre costul probabil al unei înmormântări, consultați informațiile despre costurile serviciilor funerare de pe site-ul Which? Sau raportul anual privind costurile serviciilor funerare întocmit de Sun life.





Pentru a reduce costurile

- Cei dragi pot organiza o înmormântare fără a apela la serviciile unei firme de pompe funebre (consultați broșura 2 pagina 15 pentru mai multe detalii). Pentru mai multe informații, citiți DIY Funerals 2021 .pdf (www.naturaldeath.org.uk).
- Este absolut normal să cereți oferte de la mai multe firme de pompe funebre.
- Donarea corpului în scopul cercetărilor medicale. Acest aspect trebuie organizat înainte de deces. Rețineți că, în anumite situații, donarea corpului poate să nu fie posibilă.
- Înmormântarea în natură sau în pădure poate fi mai ieftină decât într-un loc deținut de consiliu.
- Căutați incinerări directe ieftine.
- Legislația actuală obligă toate firmele de pompe funebre din Regatul Unit să publice lista prețurilor standardizate (care poate fi găsită cu ușurință pe site-ul firmelor sau puteți solicita un exemplar tipărit).
- Persoanele cu venituri reduse/care primesc ajutoare sociale - se poate obține un ajutor financiar de înmormântare (Funeral Expenses Payment): consultați informațiile în acest sens de pe pagina „How it works" - GOV.UK (www.gov.uk) Dacă primiți ajutor de înmormântare, de obicei statul îl va reține din orice sumă pe care o obțineți din patrimoniul defunctului. De exemplu, din economii.
- Unele organizații caritabile oferă ajutor financiar și alte tipuri de ajutor pentru cheltuielile de înmormântare.





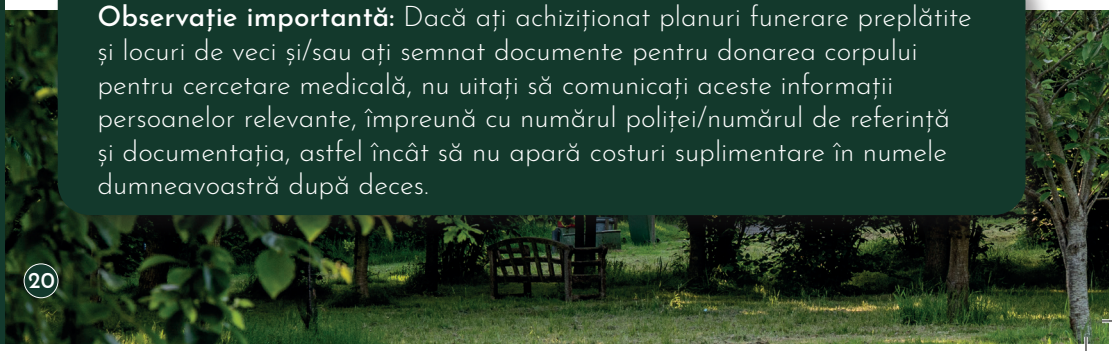
Donarea corpului

Doriți să vă donați corpul în scopuri medicale? Contactați **Human Tissue Authority (HTA - Agenția pentru donare de țesuturi umane)** la numărul de telefon 0207 269 1900 sau consultați site-ul agenției Body donation | Human Tissue Authority (Donarea corpului - Agenția pentru donare de țesuturi umane) (www.hta.gov.uk).

Universitatea Bristol are, de asemenea, un serviciu de donare a corpului. Pentru mai multe informații despre modul în care sunt utilizate corpurile donate și formularul de consimțământ pe care trebuie să îl completați, accesați site-ul universității: www.bristol.ac.uk/anatomy/bequests/ sau contactați direct biroul de donare (Bequest Office) la numărul de telefon 0117 954 6203 sau prin e-mail la anat-bequestoffice@bristol.ac.uk. Rețineți că nu toate donațiile de corpuri pot fi acceptate; dacă alegeți să vă donați corpul, acest lucru va întârzia serviciile funerare (instituția în cauză va contribui, de obicei, la finanțarea unei eventuale înmormântări), dar puteți alege să vă organizați propria ceremonie pe cheltuiala dumneavoastră la o dată convenabilă.

South West Dementia Brain Bank – donarea creierului pentru cercetarea demenței și afecțiunilor neurologice. Pentru mai multe informații și pentru a vă înregistra donația, contactați biroul South West Dementia Brain Bank: la numărul de telefon 0117 4147821 sau prin e-mail la swdbb@bristol.ac.uk. Vor fi suportate costurile de donare, nu și cheltuielile de înmormântare.

Observație importantă: Dacă ați achiziționat planuri funerare preplătite și locuri de veci și/sau ați semnat documente pentru donarea corpului pentru cercetare medicală, nu uitați să comunicați aceste informații persoanelor relevante, împreună cu numărul poliței/numărul de referință și documentația, astfel încât să nu apară costuri suplimentare în numele dumneavoastră după deces.



Donarea de organe

Dacă doriți să salvați sau să îmbunătățiți viața altor persoane, puteți alege să vă donați organele după deces. Detalii despre donarea de organe pot fi găsite pe: www.organdonation.nhs.uk

Legislația privind donarea de organe s-a schimbat în 2020, astfel că se va considera că sunteți de acord să deveniți donator de organe după deces, dacă:

- aveți peste 18 ani.
- nu ați optat pentru excludere.
- nu faceți parte dintr-o grupă exclusă.

Aveți în continuare posibilitatea de a alege să deveniți donator de organe și vă puteți înregistra sau răzgândi în orice moment.

Toate religiile și cultele majore din Regatul Unit sunt deschise în ceea ce privește principiile donării și transplantului de organe și acceptă faptul că donarea de organe este o alegere individuală. Consultați informații despre modul în care diverse religii și culte consideră donarea de organe aici: www.organdonation.nhs.uk/helping-you-to-decide/your-faith-and-beliefs

Donarea de țesut

După decesul unei persoane, țesuturile sale pot fi donate pentru a-i ajuta pe alții. Este posibil ca persoana dragă să fi avut card de donator, să fi fost înscrisă în Registrul donatorilor de organe sau să fi discutat cu dumneavoastră despre donarea organelor în timpul vieții. Chiar dacă aceste situații nu au existat, dacă doriți, puteți lua în considerare donarea de țesut.

Pentru a garanta o rată de succes cât mai mare a transplanturilor, țesuturile pot fi donate numai în anumite condiții:

- Ochii pentru transplantul de cornee pot fi donați în interval de 24 de ore de la deces.
- Valvele cardiace pot fi donate în interval de 24 de ore de la deces.



Dacă alegeți să donați țesut, veți fi îngrijit cu demnitate și respect, iar aspectul dumneavoastră va fi refăcut. Donarea de țesut nu va întârzia planurile funerare. Ruda cea mai apropiată poate fi contactată de un asistent medical specializat în donarea de țesut după decesul unei persoane pentru a oferi informații despre procedură. Asistentul va explica variantele existente pentru donarea de țesut și va răspunde la întrebări.

Nu uitați că donarea de țesut este în întregime voluntară. Dacă doriți informații suplimentare, contactați NHS Blood and Transplant National Referral Centre (Centrul Național de Transfuzie și Transplant NHS) la numărul de telefon 0800 432 0559 sau completați formularul de pe site-ul dedicat donării de organe www.organdonation.nhs.uk. Lăsați numele și numărul de contact, iar un asistent medical din cadrul departamentului de donare de țesut vă va telefona imediat.

Sau puteți ruga un medic sau un asistent medical în îngrijirea căruia vă aflați dumneavoastră sau persoana dragă să ia legătura cu persoana competentă în numele dumneavoastră.

Atunci când vă înregistrați decizia de a vă dona organele, îi ajutați pe cei dragi să știe ce doriți. Donarea de organe și țesuturi va avea loc numai cu sprijinul familiei dumneavoastră, iar medicii nu vor iniția procedura dacă familia dumneavoastră sau cei dragi se opun.

Patrimoniul digital

Gândiți-vă la cine se va ocupa de conturile dumneavoastră de pe rețelele de socializare, computer, e-mail și conturile de pe diverse site-uri. Alegeți cărui prieten sau rudă îi veți încredința gestionarea conturilor dumneavoastră de Facebook, LinkedIn, TikTok, X sau Instagram. Găsiți o modalitate sigură de a-i da parolele după decesul dumneavoastră și instrucțiuni cu privire la ce anunț ar trebui să apară pe canalele dumneavoastră și cum și când ar trebui închise. Pentru mai multe informaţii, accesaţi: www.digitallegacyassociation.org

Dacă doriți exemplare tipărite suplimentare ale broșurii 1: Alegerile proprii– planificarea anticipată; sau ale broșurii 2: Decesul unei persoane dragi – sprijin practic și emoțional, contactați Bristol Memorial Woodland Trust la numărul de telefon ***01454 414 999*** *sau prin e-mail la* ***trust@memorialwoodlands.com***

Aceste broșuri sunt disponibile și în format electronic pe site-ul Bristol Memorial Woodland Trust: ***www.bristolmemorialwoodlandtrust.org***

Observații

Observații

Părerea dumneavoastră este importantă pentru noi. Spuneți-ne cât de utilă a fost această broșură și cum am putea să o îmbunătățim accesând link-ul deschis prin scanarea acestui cod QR.

Această broșură a fost elaborată în cadrul parteneriatului dintre North Bristol NHS Trust și Gentle Dusk și finanțată de Bristol Memorial Woodland Trust.

Bristol Memorial Woodland Trust este o organizație caritabilă înregistrată (numărul 1082094). A fost înființată în anul 2000 cu scopul de a crea și conserva zone împădurite în interes public. Aceste zone împădurite devin, la rândul lor, rezervații naturale. „Plantarea unui copac comemorativ este o tradiție străveche. Este un simbol al continuității vieții, al puterii și al legăturilor de familie. Pentru rude și prieteni reprezintă un simbol de comemorare pe care pot să îl viziteze și pe care se pot bucura să îl vadă cum se schimbă de-a lungul anotimpurilor și al anilor."

Fundația NHS North Bristol NHS Trust asigură asistență medicală în cadrul spitalelor și clinicilor comunitare pentru locuitorii din Bristol, South Gloucestershire și North Somerset. Fundația asigură asistență medicală prin intermediul mai multor instituții medicale, printre care Southmead Hospital, Cossham Hospital și Bristol Centre for Enablement, precum și diverse clinici comunitare. „Motivul pentru care există ca organizație este acela de a pune pacientul pe primul loc, oferind servicii de excepție pentru pacienți."

Gentle Dusk este o organizație cu orientare socială dedicată sănătății emoționale și psihologice, care oferă expertiză specializată în îngrijirea persoanelor aflate în fază terminală și în procesul de doliu. Oferim consultanță, formare, ateliere și programe de recreere. Ajutăm persoanele și organizațiile să abordeze decesul și pierderea cu compasiune și încredere. Acordăm sprijin angajaților și persoanelor individuale în ceea ce privește bunăstarea generală și reziliența emoțională. „Munca noastră ajută oamenii să se simtă mai pregătiți, susținuți și încurajați în fiecare etapă din călătoria vieții."




NHS
North Bristol
NHS Trust

BRISTOL
MEMORIAL
WOODLAND
TRUST

gentle
dusk