

BU YAŞAM ARŞİVİ BANA AİTTİR:

ADI SOYADI

KİMLİK NO

YAŞAM ARŞİVİ





Yaşam Arşivi– önemli bir belge

Her şeyin bir başlangıcı ve her şeyin bir bitişi vardır. Yaşamımızı sürdürürken bir gün bunun sona ereceğini, ya da daha doğrusu – bu düşünceyi aklımıza getirmek istemiyoruz. Arkada bıraktıklarımız için bazı şeyleri daha yaşarken şimdiden yapabiliriz.

En yakınındakiler senin önemli belgelerini nerede sakladığını biliyor mu? Hangi sigortaları hangi şirketler de yaptırdığını biliyor mu? Muhtemelen yakınların, aynı senin onlardan olduğun gibi onlar da senden habersizdir.

Bu dünyadan göçtüğünde arkada bıraktığın belge olan Yaşam Arşivin, geride kalan sevilen bir hatırat olacak.

İradeni ifade etme becerini yok eden bir hastalığa yakalandığında sana nasıl bakılmasını isterdin? Seni kendinden daha iyi kim tanıyabilir ki ve niçin o zaman en yakınlarına hatta belki de bir gün senin bakımını yapacak olan sağlık personelinin okuması için kendin hakkındaki değerli bilgileri not etmeyeceksin ki.

Cenaze törenin aile, akraba ve arkadaşların vedalaşması için son şanstır ve bu aynı zaman da senin için de o gün nasıl hatırlanmak istediğini belirlemen için son şansındır. Yaşamaktan zevk alan ve etrafında insanların olmasından hoşlanan birisi varsa, onunla vedalaşmayı isteyen ve buna ihtiyaç duyan dostları da vardır kuşkusuz. Bu birçok biçimde yapılabilir. Sınırları sadece fantaziler çizer derler. Cenaze bürosu sınırın nereden geçtiğini bilir ve o gün geldiğinde senin yakınlarına yol gösterir. Sen daha o yoldayken geride kalan yakınlarına neyin nasıl yapılmasını istediğini şimdiden yazarak yardımcı olabilirsin.

Yaşam arşivinin sonunda bu arada yaşam öykünü de yazabileceğin bir özet bölümü var.

Bu Yaşam Arşivini doldururken bir sürü anılarını başbaşa yapacağın bu hoş yolculukta dudaklarına ara sıra gülücükler konacak, senin yaşadıklarının aynısını o gün geldiğin de bu yazdıklarını okuyan yakınlarının da yaşamasını ümit ediyoruz. Hatıraların, gülümseyişlerin, gözyaşların birbirinin ardı sıra gelecek ancak böyle olması hayatta kalanların çoğu zaman cevabı verilmemiş sorular yüzünden birbiriyle bozuşmasından daha iyidir.

Kimileri buna aşk mektubum kimileri ise benim dileğim diyor. Sen de ne dersen de ama önemli olan geride kalacak olan yakınlarını merakta bırakma!

Önemli Belgelerim

Evlilik sözleşmesi, birliktelik anlaşması, vasiyetname, sigorta poliçesi ve mezar yeri senedi gibi önemli belgelerini Yaşam Arşivinde toplamalısın. Yaşam arşivini gerektiği zaman aile yakınlarının kolaylıkla bulacağı şekilde saklamalısın. En güvenli yer ise hepsini birden Yaşam Arşivi belge takip sistemiyle belgelerinizi hem izleyen hem de saklayan ve sizin ölüm haberiniz büroya ulaşır ulaşmaz ortaya çıkaracak olan bir Yetkili Cenaze Bürosu'na bırakmaktır. Hakkında ki bilgileri içeren Yaşam Arşivi'nin bir gün bakıma muhtaç olup iradeni artık ifade edemez durumda kaldığında kullanılmasından emin olmak için bir tane 'cüzdan kartı' doldurup üstünde taşımalsın. Yaşam Arşivi kimlik numarana kaydedildiği için hangi şehirde oturursan otur, gerektiği gün gelince biz her zaman ortaya çıkarılmasını sağlarız. Tabii ki istediğin zaman belgelerini güncelleyebilirsin. Yaşam Arşivi ücretsiz olarak saklanır. Vasiyetname ve diğer belgeler için çok küçük bir ücret alınır. Yaşam Arşivini tamamen digital ortamda doldurmak istersen www.livsarkivet.se adresine hem kaydedebilir hem de orada takibini yapabilirsin.

Vasiyetname

- Vasiyetnamemi şu tarihte düzenledim _____
- Şu güvenli yerde saklıyorum _____
- Kopyası _____ da vardır
- Yaşam Arşivi belge izleme de saklanmakta

Vasiyetnameyle sahibi olduğun şeylerin ölümünden sonra nasıl ve kimlere dağıtılacağı belirlersin. Yazılı olması, seninle çıkar ilişkisi olmayan ve aynı anda hazır bulunan 15 yaşını doldurmuş 2 tanık tarafından imzalanması gerekir. Vasiyetnamenin düzenlenirken daima bir bilirkişi tutmalısın.

Birliktelik Anlaşması

- Birliktelik anlaşmamı şu tarihte düzenledim _____
- Şu güvenli yerde saklıyorum _____
- Yaşam Arşivi belge izleme de saklanmakta

Birliktelik anlaşması sayesinde birarada yaşama yasasından feragat edebilirsiniz. O zaman ölüm ya da ayrılık halinde her birinizin kendine ait olan mallarını kendinde kalır.

Evlilik Sözleşmesi

- Evlilik sözleşmem _____ mahkemesin de kayıtlıdır
- Yaşam Arşivi belge izleme de saklanmakta

Bir evlilik ilişkisinde, belli bazı malı ya da malların tamamını eşin birisinin mülkiyetine bırakmak için Evlilik Sözleşmesi düzenlenebilir. Örneğin, eşler kendisine miras kalmış malın o eşe ait olduğuna ya da her birinin kendisine ait olan ayrı servetinin yine ayrı kalacağına dair aralarında sözleşme yapabilir.

Önceki Veraset

- _____ 'den intikal eden veraset
- Şu güvenli yerde saklıyorum _____
- Yaşam Arşivi belge izleme de saklanmakta



Tapular

- Aşağıda ki mülklerde /arsalar da tam ya da hisseli tapum vardır

- Şu evlerin/binaların tam ya da hisseli sahibiyim

Mezar Yeri Senedi

- Şu mezar yerlerinde defin hakkına sahibim

- Yaşam Arşivi belge izleme de saklanmakta

Diğer belgeler

- Ayrıca şu önemli belgelerim var (bağış senedi, borç senetleri, diploma, işveren belgesi vb) _____

- Yaşam Arşivi belge izleme de saklanmakta

Diğer

Mezar yeri sahibi olarak, Mezarlıklar Müdürlüğün de belli bir mezar yerinin sahibi olarak kaydı olan kişi ya da kişiler anlaşılır.

Diğer notların için yer





Sigortalarım

- Ev, villa sigortam şu sigorta şirketindedir _____
- _____
- Hayat sigortam şu sigorta şirketindedir _____
- _____
- Hastalık sigortam şu sigorta şirketindedir _____
- _____
- Kaza sigortam şu sigorta şirketindedir _____
- _____
- Şirket sigortam şu sigorta şirketindedir _____
- _____
- Memento Cenaze Sigortası
- Başka Cenaze Sigortası _____
- _____
- Grup Hayat sigortası
- İşveren aracılığıyla yapılmış sigortalar
- Emeklilik sigortam şu sigorta şirketindedir _____
- _____
- Sendika aracılığıyla sigortalar _____
- Öteki sigortalar ve sigorta şirketleri _____
- _____
- Yaşam Arşivi belge izleme de saklanmakta

Nerelerde ne gibi sigortalarım olduğunun kontrolünü kaçırmışsan eğer, Cenaze Bürosu ücret karşılığında sana bu konuda yardımcı olabilir. Cenaze Bürosu daha çok bilir.



En yakınlarını düşünmen için

Organ Bağışı

Isveç'te yapılan organ bağışı sayısı, organ nakli bekleyen tüm hastaların ihtiyaçlarını karşılayamamaktadır. Organ nakli yoluyla hasta organ ve dokular başka bir insandan alınan sağlıklı organla değiştirilir. Şimdiler de böbrek, karaciğer, kalp, akciğer, pankreas bezi nakillerinin yapılması mümkün. Ayrıca deri, kornea, kalp kapakçığı ve kemik iliği gibi dokuların nakli de yapılabilir.

Organ naklinin önkoşulu öldükten sonra organlarını ve dokularını bağışlamayı isteyen insanların olmasıdır. Bağış isteğinizi 'Donör kayıt merkezi'ne (donationsregistret) bildirimde bulunarak ya da bir 'donör kartı' (donationskort) doldurarak ifade edebilirsiniz. Donör Kayıt Merkezi'ne www.livsviktigt.se web sitesine internetle ya da 'donör hattı'na (donationslinjen) tel: 020-77 11 77 telefonla bildirim yapabilirsiniz.

Çoğu insan organ bağışıyla ilgili tavrını şimdiden belirlemiştir. Bağış isteğinizin siz bu dünyadan göçtüğünüz gün yerine getirilmesi için aile yakınınıza bilgi verilmesi gereklidir. Aynı şey otopsi yapılması için de geçerlidir tabii ki istemerseniz bile bazen yapılması adli bir zorunluluk olsa da.

Organ ve doku bağışı

Öldükten sonra organ ve dokularını bağışlama tavrını şimdiden belirlemelisin. Eğer bağışlamak istiyorsan, organının hem nakil hem de başka tıbbi araştırmalarda kullanılabilmesini mi yoksa sadece nakil edilmesini mi kapsadığını belirlemelisin Bağışlamak istemediğin organlarını ya da dokularını kapsam dışı tutabilirsin.

- Donationsregistret'e (donör kayıt merkezi) kayıt yaptırdım ve/ya da donationskort (donör kartı) aldım
- Öldükten sonra hiç bir organımı ya da dokumu bağışlamak istemiyorum

Otopsi

- Otopsi yapılmasına bir itirazım yoktur
- Koşullar gerektirmediği takdirde otopsi yapılmasını istemiyorum



Ben tavrımı belirledim

Yaşam son dönem bakımı, Yaşamı sona erdirme direktifi

Sağlık ve hasta bakımı yasasına (HSL, 1982:763) göre "sağlık bakım hizmeti, hastanın bakım ve tedavide güvence ihtiyacını karşılamak için hastanın kendi kararına ve dokunulmazlığına saygı temelinde verilir." Eğer ben bir kazaya kurban gidersem, ölümcül bir hastalığa yakalanırsam ya da başka bir nedenden dolayı kendi irademi belli edemez duruma düşersem, doktor ve diğer sağlık görevlileri, benim önceden belirlediğim ve www.rtv.dn.se adresli web sitesindeki Yaşamı Sona Erdirme Direktifim de (Livsslutsdirektiv) ifade ettiğim irademe göre hareket etsinler.

- Ben bir Yaşamı Sona Erdirme Direktifi düzenledim ve bu şurada saklıyorum _____

Yaşarken kendi irademi ifade edemez duruma düştüğüm zaman

Daha yaşarken, bizleri başka insanların bakım ve gözetimine bağımlı kılabilecek bir hastalık ya da bir kaza hepimizin başına gelebilir. Bakım ve gözetimini yapacak olanların işini kolaylaştırman ve yaşamını mümkün olduğunca iyileştirmek için kendin hakkında ki çok değerli bilgileri burada belirtebilirsin.

Sabah ya da akşam

Ben Gündüz adamıyım Gece adamıyım

Giyecekler

Şu elbiseleri giymek hoşuma gider _____

Renkler

Şu renkleri severim _____

Şu renkleri hiç sevmem ve kesinlikle bu renklerde giyecek ya da ev eşyası istemem _____

Müzik

Şu müzikleri tercihen dinlemekten memnun olurum

Caz Klasik İsveç listebaşları Dini Dans band grubu

Maniler Ne olsa dinlerim

Diğer, yani şunlar _____

Sevdiğim sanatçılar şunlardır _____

Yiyecek, İçecek

Zevk alarak yediğim yemekler _____

Yemesinden zevk almadığım yemekler _____

Yemekte şunları içmekten memnun olurum Süt Su Bira

Meşrubat Şarap Başka _____

Allerji

Şunlara karşı allerjim var _____

Hem sabahçı hem de akşamcı birisiysen her iki seçeneği de işaretleyebilirsin.

Rahatlık insanın içinden gelir derler,ama içinde kendini konforlu hissettiğin ve doğru renkler taşıyan sevdiğin kıyafetlerini giyinmenin de etkisi büyük.

Unutmayın ki yiyecek ve içecek hayatı güzelleştirir.



Allerji konusunda bilgi vermiş olmak yaşama ölüm arasında ki belirleyici fark olabilir. Nelere karşı allerjin olduğunu ve verdiği reaksiyonu açık ve net olarak belirtmelisin.



Evcil hayvan

Şimdi ya da önce şu evcil hayvanlarım vardı _____

Hoşlandığım hayvanlar şunlar _____

Beni en mutlu edenler

- Dışarıda doğayla başbaşa kalmayı severim
- İçeride bir şeyle meşgul iyeti tercih ederim
- Etrafımda insanlar olmasından hoşlanırım
- Yalnızlığı tercih ederim

Gazeteler, kitaplar, medya

Günlük gazeteler, magazinler, haftalık dergiler, benim için önemlidir ve şunları okurum _____

Okumaktan ya da dinlemekten memnun olduğun kitap türleri/ yazarlar _____

İnternet siteleri, dinlemek ya da izlemekten memnun olduğum Radyo ve TV programı _____

Gezi ve hobilerim

Gezmeyi severim , şu ülkeleri /yerleri ziyaret ettim _____

Şu örgütlerde üyeyim ve şunlarda üye kalmak istiyorum _____

şunlardan çıkmak istiyorum _____

Kimileri köpekleri ve kedileri sever kimileri de onlardan korkar.

Bugün Sağlık bakım hizmetlerin de evcil hayvanların da yer alması hiç de olağandışı değildir.

Kendi ilgi alanlarına ilişkin ne kadar çok bilgi verirsen, aile yakınların ve sağlıkçıların o kadar çok sana ve ilgi alanlarını göz önünde bulundururlar.

Bir derneğe mensubiyetinin büyük önemi olabilir. Çoğu dernek kendi başına aktif olmayan kişiler için sosyal etkinlikler düzenlemektedir.



İş ve Eğitim

Eğitim durumum ve bitirdiğim okullar şunlardır _____

Şu işyerinde, şu görevle çalışıyorum/çalıştım _____

Ailem ve dostlarım

En yakın akrabalarım şunlardır (adları ve doğum yeri ve tarihleri)

En yakın dostlarım şunlardır _____

Anne- baba ve kardeşlerim şunlardır _____

Doğup büyüdüğüm yer şurasıdır _____

İş hakkında konuşmak çoğu kişinin gayretini artırabilir. Bir işte çalışmış olmak çoğumuz için yaşamımızın büyük bir parçası oluyor ya da oluşturmuştur.

Hem yaşayan hem de ölmüş olan aile üyelerinin adının bilinmesi yakınların ve sağlık çalışanları için yararlı bir bilgi olabilir.





Digital ortamda depolu bilgiler

Digital ortamda kayıtlı olarak saklanan ve benim kontrolümde olan sahibi olduğum Bilgiler Silinsin

Şunların dışındakiler saklansın _____

Digital bilgilerimi silmek ya da saklamak için gerekli sayfa adresleri ve kullanıcı adları ve şifreleri: _____

E-posta adresim şudur _____

Diğer

Sizin bilmenizi istediğim diğer şeyle (örneğin nelerden korktuğum, siyasi görüşüm, benim için anlamı büyük olan ya da beni çok etkileyen başımdan geçen olaylar vb) _____

Sanal (digital) ortamda depolanan bilgilerin sana ait web sitesi, blog sayfaların ve sahip olduğun fotoğraf bankası olabilir.

Yaşam Arşivi'ne internet kullanıcı adlarını ve şifrelerini yazmayı unutma.

Sanal ortamda depolanan bilgilerinin silinebilmesi ya da korunabilmesi önem taşıyor.

Burada bizim aklımıza gelmemiş olanları yazman için yer ayırdık. Notlarına bu yer yetmezse, ayrı bir kağıda ya da bu belgenin son sayfasına yazabilirsin.

Unutma ki yazdıklarınileride başına gelebilecek hastalık ya da kazadan dolayı alacağın sağlık bakımına yardımcı ve destek olacaktır.

Cenazemin şöyle kaldırılmasını istiyorum

En yakınlarının seninle vedalaştıktan sonra normal yaşamlarını sürdürdürmesi önemlidir. Nasıl hatırlanmak isterdin? Senin cenazenle ilgili kendi düşüncelerini yakınların okurken, dileğini yazarak kim olduğunu gösterme cesaretini gülümseyişle karşılama ve senin için işte tam da bizim tanıdığımız gibiymiş demeleri güzel olmaz mıydı. Çoğu zaman kendimizi hafife alıyoruz, öne çıkmak ve göze batmak istemiyoruz. Bırakın cenaze töreniniz hayatta yaşadıklarınızın bir kutlaması olsun.

Cenaze törenim

- İsveç Kilisesi üyesiyim ve cenazemin İsveç Kilisesi usulüne göre kaldırılmasını istiyorum
- Hür Kilise usulüyle kaldırılmasını istiyorum
- Medeni (Laik) cenaze töreni istiyorum
- Cenaze törenimin şurada yapılmasını istiyorum _____

_____ Kilise de/şapel de başka bir yerde, yapılmasını istiyorum
Cenaze törenimin şöyle yapılmasını istiyorum _____

- Cenaze törenimin nasıl yapılacağını aile yakınlarımla belirlemesini istiyorum

Toprağa gömülme veya yakılma

- Toprağa gömülmek istiyorum Yakılmak istiyorum
- Kararı en yakınlarıma bırakıyorum

Mezar ve mezarlık seçimi

- _____ mezarlığına / kabristanına gömülmek istiyorum
- Yeni bir mezar yeri
- Mezar yerim var. Mezar yeri numarası _____
- Mezarlık seçimini yakınlarıma bırakıyorum
- Küllerimin şöyle saklanmasını istiyorum:
 - Kül kutusuna konulması Başka bir mezar yeri _____
 - Ağaçlık hatıra alanı Kül mezarlığı
 - Küllerimin Valilikten izin alınarak şuraya saçılmasını istiyorum

İsveç'te cenazelerin çoğu İsveç Kilisesi usulüne göre kaldırılır. Eğer başka bir dini cemate men-supsa doğal olarak o cematın usulünde tören yapılır. Medeni cenaze töreninde kişi nasıl istiyorsa öyle yapılabilir.

Toprağa verme usulünde tabut çürüyüp toprağa karışması için mezara indirilerek gömülür.

Kremasyon ise içindeki ölüyle tabutun yakılarak küllerinin gömülmesidir. Kül kutuları için özel mezar odaları ve kolumbar-yumlar vardır.

Ölü Küllü mezarlığı ve özel ağaçlık alan da bir diğer seçenektir. Bakım gerektirmeyen mezarlar dışında Mezarlık Müdürlüğünden ücret karşılığında mezar yeri bakım hizmeti de satın alınabilmektedir.

Küllerini doğaya serpmek için Valilikten izin almak gerekir. Bu izin başvurusunu sadece ailesi yapabilir.

Törenini kimin yöneteceği, çalınacak müzik parçasını, okunacak ilahileri ve şarkıları ve, kimin okuyacağı kararını kendin verebilir, cenazenin senin dilediğin gibi kaldırılması için buraya nasıl istediğini yazabilirsin. Eğer yer yetmezse ayrı bir kağıda ya da bu belgenin en son sayfasına yazabilirsin.



En son olarak – bunları da bilmeniz gerekiyor

Notlar bölümüne, cenazenin pratik işlerini yapacak olanların bilmesinde fayda gördüğün senin açısından önemli olan bazı bilgileri ekleyebilirsin.

Cenaze Bürosu

Cenazemi , şu cenaze bürosunun kaldırmasını istiyorum

Veraset

Veraset işlemlerimin şunun tarafından yürütülmesini istiyorum

Banka

Banka hesabım olan bankalar şunlardır _____

Banka kasam olan bankalar şunlardır _____

Benim bu belgede belirttiğim dilek ve isteklerime uyulup, mümkün olabildiğince yerine getirilmelerini şu kişiden / kişilerden istiyorum

Çoğu kimse günümüzde hastalık ya da ölüm halinde doğal olarak yapılması gereken pratik işlerini yürütecek olan yakın bir akraba eksikliği çekiyor. Bu durumda olan güvendikleri bir ya da bir kaç kişinin adını yazabilir. Adını yazdıklarının bu görevlerinden önceden bilmesi iyi olur.

Yaşam Arşivi'nin içeriğini bilmelerine gerek yoktur, sadece bir Yaşam arşivinin olduğunu bilsinler yeter.



Bu Yaşam Arşivi _____ tarihinde incelenip gözden geçirilmiştir. Vefatımdan sonra bu Yaşam Arşivimin içeriği şu kişiye teslim edilecektir: Adı soyadı, adresi, telefon nr, kimlik numarası _____

ORT

TARİH

İMZA

EL YAZISIYLA ADI SOYADI

KİMLİK NUMARASI





Garantin för
rätt hjälp

Begravningsbyråers Förbund (SBF) geniş kapsamlı yetkilendirme eğitiminden geçirilmiş personeli olan 400 Yetkili Cenaze Bürosu'nu kapsar. Bir Yetkili Cenaze Bürosu sorumluluk sigortası yaptırır ve SBF Şikayet Kurulu tarafından denetlenir.