

## **Dovedite stvari u red**

Pet stvari koje možete isplanirati za kraj svog života

### **Zamislimo...**

Netko vama blizak upravo je preminuo. Ne znate kako je zamislio svoj sprovod niti kako je htio biti ispraćen. Nije ostavio oporuku pa imate brigu više. Sve to u vrijeme kada ste napeti i tužni. Sada zamislite da ste vi ta osoba koja je preminula. Kako bi moglo biti onima koje ste ostavili za sobom ako niste riješili važna praktična pitanja?

Nitko od nas ne želi razmišljati o obolijevanju i umiranju. No jednako tako, nitko od nas ne želi otežati situaciju onima koje volimo. Stoga je važno, za njihovo dobro, ne odgađati dogovaranje oko bitnih pitanja poput skrbi, sastavljanja oporuke i planiranja sprovoda dok ne postane prekasno.

Donosimo pet zadataka koje možete obaviti u slobodno vrijeme. Neki vam neće oduzeti mnogo vremena dok će drugi zahtijevati razmišljanje i obavljanje važnih razgovora. No, hvatanje u koštac s njima značit će da imate pet obveza manje prije smrti, a vaši će bližnji imati pet razloga manje za zabrinutost.

### **1. Napišite oporuku**

Pisanje oporuke omogućuje vam da isplanirate što će se dogoditi s vašim novcem i imovinom nakon vaše smrti. To je također dobar način da drugima prenesete svoje želje vezane uz sprovod ili uz način na koji biste voljeli ostati zapamćeni. Ako umrete bez oporuke, vaša će se imovina raspodijeliti prema utvrđenim pravilima, a ne prema vašim željama.

Oporuku možete napisati sami - brošure i letci o pisanju oporuka dostupni su u bankama te nekim trgovinama i supermarketima. Banke također nude uslugu pisanja oporuke. No obično je najbolje posavjetovati se s odvjetnikom, barem kako bi provjerio što ste napisali.

### **2. Isplanirajte svoj sprovod**

Jeste li znali da ne postoji zakonski propis prema kojemu sprovodu mora prisustvovati svećenik? Ili da možete biti pokopani u vlastitom vrtu ako to želite?

Ako svoj pogreb planirate unaprijed, imate puno mogućnosti za odluku o tome kako želite da vas isprate.

Želje vezane uz sprovod i uz način na koji želite biti ukopani možete napisati svojim bližnjima ili to možete navesti u oporuci. Također, sve možete isplanirati znatno ranije, u dogovoru s pogrebnim poduzećem.

Pogreb nije jeftin, ali ga možete platiti unaprijed te troškove rasporediti na više mjeseci ili godina, tako da vaša obitelj ne bude opterećena troškovima i dodatnim stresom. Pogrebe organiziraju razne dobrotvorne i financijske organizacije te pogrebna poduzeća.

### 3. Isplanirajte svoju buduću skrb

Nitko od nas ne zna kako će izgledati njegova budućnost. Lako je moguće da će mnogima biti potrebna dodatna skrb, a neki će možda i izgubiti sposobnost donošenja vlastitih odluka.

Možete razgovarati s članovima svoje obitelji ili zdravstvenim djelatnicima (primjerice svojim liječnikom opće prakse) o vrsti skrbi koju biste željeli primati ako postanete ovisni o tuđoj pomoći ili ako teško obolite:

- Gdje biste htjeli primati skrb – kod kuće, u hospiciju, u bolnici, u domu za starije i nemoćne?
- Postoje li neke vrste terapije koje biste odbili?
- Biste li koga opunomoćili da donosi odluke umjesto vas ako ne budete u stanju to činiti sami?
- Postoji li neko određeno mjesto gdje biste htjeli provesti svoje posljednje dane?

Najbolje je da svoje planove zapišete kako bi oni koji brinu o vama bili upoznati s vašim željama.

### 4. Postanite darivatelj organa

Darivanjem organa nakon smrti možete pomoći drugim ljudima.

### 5. Neka vaši bližnji znaju vaše planove

Prije nego što donesete konačnu odluku o bilo kojem od ovih pitanja, pokušajte o njima porazgovarati sa svojim bližnjima. Time će oni dobiti mogućnost izreći svoje mišljenje, a vi ćete imati priliku podijeliti svoje osjećaje i razmišljanja o budućnosti. Ako imate važne dokumente ili spise o svojoj skrbi, nasljedstvu ili sprovodu, čuvajte ih na sigurnom i pobrinite se da vaši bližnji znaju gdje se oni nalaze. Ako je dokumente teško pronaći, vaše se želje možda neće ostvariti.

Izvor: <http://dyingmatters.org/page/dying-matters-leaflets>

*Letak su s engleskog preveli studenti prevoditeljskog smjera Odsjeka za anglistiku  
Filozofskog fakulteta u Zagrebu na poticaj Centra za koordinaciju palijativne skrbi u Gradu Zagrebu  
i Mobilnog tima volontera u palijativnoj skrbi OFS-a.*

Više informacija potražite na <http://www.palijativa.hr/> i <http://palijativa ofs.hr/>