

.....EFTERLIVET.....



Ett dokument för att förenkla för dig som vill förbereda och därigenom underlätta för dina efterlevande efter din bortgång

## Mina önskemål i samband med min död

Datum .....

Namn-teckning .....

Namn-förtydligande .....

Jag ber mina närstående att respektera mina önskemål.

### Viktigt!

**Denna handling bör förvaras hemma så att den är lättillgänglig för dina närstående.**

Organdonation:

Att tänka på döden kan kännas svårt, men transplantationslagen gör det viktigt att du svarar på frågan:

Ja eller nej till donation? Om du inte har tagit ställning i den frågan eller inte meddelat ditt beslut så antas du ha svarat ja. Men frågan går först vidare till dina närstående. De har rätt att säga nej.

Därför är det viktigt att du redan nu klargör ditt ställningstagande inför organdonation huruvida du säger ja eller nej.

Läs gärna broschyren om transplantationslagen som finns på Apoteket. Där finner du nyttig information inför ditt ställningstagande, som du kan framföra på tre sätt:

- Genom att tala med dina närstående.
- Fylla i Socialstyrelsens donationskort som finns i Apotekets broschyr. Förvara ditt donationskort tillsammans med dina övriga identitetshandlingar.
- Du kan anmäla dig till donationsregistret. En sådan anmälan finns också tillgänglig i Apotekets broschyr.

Tänk på att det alltid är den sist lämnade uppgiften som gäller, vare sig du gjort den känd genom att tala med dina närstående, fylla i donationskort eller anmäla dig till donationsregistret.

### Obduktion

Jag tillåter obduktion

- om det behövs för att fastställa dödsorsaken
- om det är av intresse för medicinsk utveckling
- Jag tillåter inte obduktion

Det är bra om dina närstående känner till din ståndpunkt.

Nordiska Asa-samfundet

Info@asa-samfundet.se  
Tel: 08-519 70 720  
Må-Ons 10.00-15.00

Org nummer: 252004-8766  
Bankgiro: 556-3002  
Swish: 123 097 20 91

## Begravningsform

- Jag överlåter till mina anhöriga att bestämma om begravningsform
- Jag vill jordbegravas
- Jag vill kremeras
- Jag vill att den nya metoden frystorkning/ekologisk begravning används om den finns tillgänglig vid mitt frånfälle.
- Direktkremering

(Direktkremering innebär att stoftet av den avlidne förs direkt från dödsbädden till krematoriet utan någon begravningsgudstjänst eller annan ceremoni emellan. Detta förekommer främst i storstadsområdena, men blir nu allt vanligare även på landsbygden. Ibland sker ceremonin med urnan eller askan istället, till exempel vid urnsättningen eller om askan sprids i havet. Men oftast gravsätts askan helt anonymt i en minneslund.)

## Gravplats/Gravsten

### *Kistgrav/Urngrav/Askgrav*

Vid jordbegravning eller kremering kan gravsättning ske i befintlig grav eller i ny grav, som upplåts kostnadsfritt i 25 år. På en sådan gravplats kan en gravsten eller annat minnesmärke placeras.

Urngrav innebär att stoftet läggs i en urna som gravsätts. Askgrav innebär att stoftet gravsätts utan urna.

Vid gravsättning används då en särskild urna som släpper ut stoftet direkt i jorden.

Vid kremering finns alternativ för gravsättning av askan utöver urngrav/askgrav nämligen gravsättning i

minneslund eller på annan plats. Det senare innebär spridning av askan över hav eller fjäll.

### **Minneslund**

Gravsättning i minneslund är ett helt anonymt gravskick, vilket innebär att de anhöriga inte får vara med när

askan grävs ner och får därför inte heller veta den exakta platsen för gravsättningen.

Gravsten eller annat minnesmärke tillåts inte.

### **Spridning av askan i naturen**

Spridning av askan över hav eller fjäll ombesörjs av de anhöriga. Tillstånd meddelas av Länsstyrelsen i det län

där askan skall spridas när det blir aktuellt. Tillstånd ges om platsen är lämpad för spridning av aska och om askan hanteras på ett pietetsfullt sätt.

## Gravplats

- Jag överlåter till mina anhöriga att bestämma om var gravsättningen skall ske och gravplatsens utformning.
- Jag vill att gravsättning skall ske i befintlig grav på Kyrkogård.....kvarter nr.....grav nr.....
- Jag vill att gravsättning skall ske i ny grav på.....kyrkogård
- Jag vill att min aska skall gravsättas i minneslund
- Om gravplats för asatroende finns, vill jag begravas där.
- Jag vill att min aska skall spridas över hav/fjäll. Det skall ske vid

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Gravsten m m

- Jag överlåter till mina anhöriga att bestämma om gravstenens eller annat minnesmärkes utformning.
- Jag vill ha komplettering av text på befintlig gravsten, med texten:

.....  
.....  
.....  
.....

- Jag vill ha en ny gravsten på gravplatsen med texten:

.....  
.....  
.....  
.....

## Kista

- Jag överlåter till mina anhöriga att bestämma kistans utformning
- Jag vill ha enklast tänkbara kista
- Jag vill att kistan ser ut på följande sätt (material, färg osv)

.....  
.....  
.....  
.....

## Kistdekoration

- Jag överlåter till mina anhöriga att bestämma kistdekorationen
- Jag vill att Nordiska Asa-samfundets bårtäcke används
- Jag vill att min kista dekoreras på följande sätt:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Svepning/egna kläder

- Jag överlåter till mina anhöriga att bestämma svepningens utformning
- Jag vill svepas i svepräkt som tillhör kistan.
- Jag vill ha mina egna kläder på mig i kistan. (Ange speciella önskemål).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Begravningsceremoni

- Eftersom jag tillhör Nordiska Asa-samfundets vill jag ha begravningsceremoni i enlighet med samfundets ordning
- Jag överlåter till mina anhöriga att bestämma var begravningsceremonin skall ske
- Jag vill att begravning sker i

.....

- Annat önskemål:

.....

.....

.....

.....

.....

- Eftersom jag är medlem i .....vill jag begravas i enlighet med dess ritual

Ange eventuella speciella önskemål:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

- Jag vill ha borgerlig begravning  
Ange eventuella speciella önskemål:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

- Jag vill inte ha begravning enligt ovanstående alternativ utan på följande sätt:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Speciella önskemål om musik

Jag överlåter till mina anhöriga att bestämma musik

Jag vill att följande musik spelas:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Meddelande om min död

För att informera en större krets av personer om dödsfallet utformas oftast en tidningsannons. Annonsen kan införas i ortstidning eller i en rikstidning.

Annonsens utformning och var den skall publiceras överlåter jag till de efterlevande att bestämma

Jag vill ha följande symbol: t ex enkel torshammare, valknut, vegvisir:

.....  
.....  
.....

Jag vill ha följande dikt/rader ur dikten

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

skriven av.....

Jag vill att annonsen skall föras in i:

.....  
.....  
.....  
.....

Jag vill istället för blommor att de sörjande kan skänka pengar till:

- Nordiska Asa-samfundets fundraiser för Asa-center i Sverige
  
- Annat:.....  
.....

**Minnesstund**

- Jag överlåter till mina anhöriga att avgöra om det skall vara någon minnesstund
- Jag överlåter till mina anhöriga att avgöra minnesstundens utformning.
- Jag vill att minnesstunden efter begravningsakten har följande utformning:  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**Övrigt, som jag vill förmedla till de efterlevande**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



**Dokument som har betydelse vid min död**

Testamente finns hos/i.....

Äktenskapsförord finns hos/i.....

Samboavtal finns hos/i.....

Bodelning finns hos/i.....

Gåvobrev finns hos/i.....

Skuldebrev finns hos/i.....

Gravbrev finns hos/i.....

Andra handlingar finns hos/i:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**Jag har följande liv-/kapital-/pensions- och andra försäkringar:**

Försäkringsbolag Försäkringsnummer

.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

Jag har konton i följande banker:

Bank

.....  
.....  
.....

Jag har bankfack i följande banker:

Bank Bankfacksnummer

.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

Jag har följande fastighets-/bostadsrättsinnehav:

Adress Fastighetsbeckning

.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

Jag är delägare i följande bolag:

.....
.....
.....
.....

Jag äger andelar i följande värdepappersfonder:

.....
.....
.....

