

Svetovanje in pomoč v primeru smrti
vsak dan od 0.00 - 24.00 ure



Bestattung Kärnten



050 199 po vsej Avstriji - brez klicne kode

E office@bestattung-kaernten.at › www.bestattung-kaernten.at

ŽALOVANJE - kaj je to?



V vaši okolici je umrl nekdo, ki vam je nekaj pomenil in ki ste ga imeli radi. Takšen dogodek ne gre mimo brez posledic in je zato potrebno, da se s tem dogodkom soočite.

Pri tem kažejo izkušnje številnih drugih ljudi v podobni situaciji, da se žalost s časom zmanjšuje in da so njeni napadi vedno redkejši, da pa vendar ne bo nikoli več tako, kot je bilo. Ker lahko žalovanje smatramo kot nadaljevanje ljubezni do preminule osebe, lahko ocenimo to, da ne bo nikoli več tako kot je bilo, tudi za pozitivno.

V obdobju po takšnem dogodku lahko pride do najrazličnejših reakcij:

- › nehoteno ponovno doživljanje - v mislih, obremenilnih spominih, emocije pri spominjanju, sanje, nenadne prispodobe, vonjave, šumenje...
- › izogibanje - oseb, krajev, stvari, situacij, ki spominjajo na človeka, nastajajo problemi omenjanja določenih dogodkov, oddaljitev od drugih ljudi...
- › razburjenje, agresija, jeza, nervoza, problemi s koncentracijo, motnje pri spanju...

Tovrstne reakcije so po takšnem

dogodku normalne in običajno minejo po določenem obdobju, ko se človek trezno sooči z žalovanjem.

Uporabni nasveti za to obdobje

- › Poskusite, da v tem obdobju niste izpostavljeni nobenemu drugemu stresu, ampak da delate samo to, kar vam zagotovo stori dobro, skratka delajte to, kar resnično radi delate.
- › Če se sicer ukvarjate s športom, ste telesno aktivni in ste se že doslej ukvarjali s sprostitvenimi tehnikami, vam vse navedeno zdaj še posebej pomaga, da se stresa nekoliko razbremenite.
- › Poskušajte ponovno vzpostaviti normalni vsakdanjik in početi vse tisto, kar ste delali že pred smrtjo ljubljene osebe. Pri tem pa se ne pustite preveč obremenjevati.
- › Predvsem pa se ne ogibajte vašemu socialnemu omrežju (prijatelji, znanci...) , čeprav zna biti na trenutke zaradi vprašanj, zanimanj, čustvovanja ... celo obremenjujoče.
- › Govorjenje o dogodkih in o umrlem pokojniku vam bo v pomoč, pri tem pa skušajte vedno najti tudi pozitivne aspekte.

ŽALOVANJE - kaj je to?

- › Ne bodite omejeni samo na emocionalno obremenjujočo situacijo, ampak se spomnite tudi na prijetne zadeve, ki ste jih doživeli s pokojno osebo.
- › Če pa bi se pojavili kakršnikoli občutki krivde, tega ne enačite s krivdo. Po potrebi se glede navedenega pogovorite z osebo, strokovnjakom za psihologijo.
- › Če pa bi reakcije (motnje v spanju, razdražljivost, nenadne prisposodbe...) vplivale na kakovost vašega življenja dalj časa, vam naj ne bo težko, da se obrnete po psihološko pomoč.
- › Za obvladovanje takšnega dogodka je preprosto potrebno nekaj časa, kajti morate
 - dogodek razumsko sprejeti
 - dogodek čustveno akceptirati
 - dogodek integrirati v lastno podobo in v podobo o svetu

Na Koroškem je edinstvena naša ponudba miroagogije (ukvarjanja z žalostjo), ki žalujočim družinam na sočuten način pomaga tako, da jim olajša bolečino in da lažje prebrodijo izgubo. Podrobne informacije so na www.bestattung-kaernten.at ali pa na naši telefonski številki T 050 199 ali pa nam pišite na elektronski naslov office@bestattung-kaernten.at. Pomoč pa vam ponuja tudi

»Psychiatrischer Not-und Krisendienst« na telefonski številki +43 (0) 664/3007007. Dodatna možnost pa je izmenjava izkušenj z drugimi, ki se nahajajo v podobni situaciji. Žalovanje ob kavi, ki je vsak zadnji ponedeljek v mesecu v Stolni cerkvi Celovec (14.00-16.00 ura), je mesto, kjer ste dobrodošli, da se pogovorite, naletite na razumevanje, izmenjate izkušnje in se vklopite v družbo.

Kraj: Župnišče stolne cerkve, Lidmanskyygasse 14, 9020 Celovec

Organizator: Referat mestne pastorale

Kontakt: iris.binder@kath-kirche-kaernten.at

Dodatna pomoč:

www.caritas-kaernten.at



OTROCI OB SMRTNEM PRIMERU



Nasveti za starše

- › Z vašimi otroki se odprto pogovorite o smrti bližnjega sorodnika. Povejte, da je sorodnik preminul oziroma umrl in se izogibajte olepševanju in zamegljevanju. Pojasnite otrokom smrt in tudi dejstvo, da je smrt dokončna.
- › Takoj ko je mogoče, se vrnite v normalni vsakdanjik. Otroci prav v takšni situaciji potrebujejo urejeni potek dneva. To jim daje občutek varnosti. Če otroci izrazijo željo, da bi šli radi v šolo ali otroški vrtec, jim dovolite, da gredo. Otroci potrebujejo v procesu žalovanja faze distanciranja in normalnosti, vendar pa jih k temu ne silite.
- › Strahove svojih otrok jemljite resno. Za otroke so tudi fantazijski strahovi realni. Dopustite otrokom, da sprejmejo nekaj odločitev, ki zadevajo družino in dnevni urnik. To jim daje občutek, da imajo še vedno kontrolo nad svojim življenjem.
- › Dajte otrokom dovolj časa za igro. Otroci morajo biti otroci, tudi še v tako težki družinski situaciji. Rabijo namreč čas, da se osvobodijo pritiska. Spodbudite otroke za igro in jim pri tem pomagajte.
- › Povečajte stopnjo sodelovanja in pozornosti. Otroci navadno hočejo po nesreči več bližine in pozornosti kot običajno. Dajte otrokom naklonjenost, ki jo potrebujejo. Obdržite kontrolo. Pojasnite otrokom, da boste v tej težki situaciji storili vse, da jih zaščitite.
- › Bodite razumevajoči, a dosledni. Otroci lahko svoje strahove okrepijo z napadi kljubovanja ali s tem, da nenehno začenjajo prepire. V tej situaciji je najboljša dosledno postavljanje meja pri njihovem obnašanju.
- › Delite svoje strahove in občutje žalosti z otroki. Na ta način bodo otroci razumeli, da so takšni občutki normalni in sprejemljivi.



OTROCI PRI ŽALNEM DOGODKU

- › Ustvarite atmosfero, v kateri so občutki žalosti dovoljeni in so lahko občuteni. Pojasnite otrokom, da so v žalovanju dovoljeni tudi občutki jeze (tudi na pokojno osebo) in veselja. Otroci se sicer lahko počutijo krivi, če so jezni ali pa se kljub temu česa veselijo.
- › Dovolite otrokom, da se od pokojne osebe poslovijo pri odprti krsti. Poskrbite pa, da je otrok primerno pripravljen in da ga bo nekdo spremljal.
- › Vzemite otroka s seboj na pogreb. Tudi otroci imajo pravico do slovesa od ljubljene osebe in do obredov, ki so običajni za tak dogodek.
- › Poskrbite, da pri slovesu/pogrebu otroka spremlja oseba, ki sama ni premočno pod vplivom žalovanja in ki je sposobna za trezno ukrepanje. Če ima otrok željo, da prejo, lahko ta oseba spremlja otroka, ne da morate vi prekiniti žalni dogodek ali predčasno zapustiti pogreb. Otrok pa mora seveda to osebo poznati in ji zaupati.



vaš SVETOVALEC V PRIMERU SMRTI



Z naslednjimi vrsticami vam želimo kot podjetje Bestattung Kärnten pomagati v žalnem primeru in pri izvedbi pogrebne dogodka. Izčrpno vas informiramo o potrebnih korakih in smo vam z veseljem na voljo za nasvete in pomoč.

Opravljamo

- › obvestilo zdravniku - mrliškemu ogledniku
- › umivanje, oblačenje, polaganje v krsto in prevoz pokojnika na pokopališče
- › organizacija žalnega dogodka na podlagi vaših želja
- › terminski dogovor z duhovnikom
- › obvestilo pristojnega župnijskega urada
- › naročila za tisk osmrtnic, zahvalnih pisem in spominskih fotografij
- › dostava žalne knjige
- › ureditev mrliških dokumentov in eventuelno potrebne prevozne dokumentacije
- › prevzem in prevoz iz vseh držav in v vse države na svetu
- › obračun z Wiener Verein Bestattungsvorsorge
- › izvedba ekshumacij

Z veseljem vam svetujemo – lahko tudi na vašem domu

- › pri izvedbi žalne slovesnosti

- › pri oblikovanju osmrtnic in zahval
- › pri izboru krste ali žare
- › pri izboru žalne glasbe
- › pri načrtovanju vašega žalnega dogodka

Posredujemo

- › objavo osmrtnic in izrazov zahvale v vseh časopisih
- › napise v nagrobni kamen
- › ureditev zelenja na grobu in nego groba
- › organizacijo žalnega obroka (sedmine)
- › psihološko svetovanje
- › pokope v Avstriji in po vsem svetu

V naših pogrebnih centrih imamo

- › lastno trgovino s cvetjem in venci
- › lastni prostor za žalne obrede v družinskem krogu
- › mestno pokopališko upravo
- › lastne parkirne prostore

DOKUMENTACIJA (LISTINE)

Če prinesete s seboj za pogreb zahtevane dokumente, vam preskrbimo potrebne mrliške listine.

- › **Rojstni list**
(pred letom 1939 rojstni-in krstni list župnijskega urada)
- › **Poročni list**
zadnjega zakona (pred letom 1939 poročni list župnijskega urada)
- › **Potrdilo o državljanstvu**
(potrdilo o državljanstvu ali izvleček iz domovinskega imenika)
- › **Ločitvena sodba**
s potrdilom o pravnomočnosti
- › **Potrdilo o akademskem nazivu**
(razen če ni ta naziv naveden že v poročnem listu)
- › **Zavarovalne police življenjskega zavarovanja in zavarovanja za primer smrti, pogrebne pogodbe, itd.**

Prosimo, da na pogreb prinesete tudi oblačila za pokojno osebo!

Naši sodelavci po vsej Koroški so vam za vaše osebno svetovanje neprestano (24 ur) na voljo: **T 050199**

Kraji: Celovec, Šentvid na Glini, Beljak, Poreče. Vrba, Bekštanj in Bistrica na Dravi

Wolfsberg T 0664/2621255
(partner podjetja *Bestattung Kärnten*)



OPRAVILA



Če je oseba umrla doma, v bolnišnici, na javnem prostoru ali v tujini, vas prosimo, da se čim hitreje povežete s podjetjem Bestattung Kärnten. Na razpolago smo vam z nasveti in pomočjo ter za vas radi prevzamemo vse potrebne opravke.

Smrtni primer doma

Obvestimo mrliškega oglednika. Pred njegovim prihodom ni dovoljeno delati nobenih sprememb na pokojniku. Po opravljenem mrliškem ogledu nas pokličite, da se lahko z vami dogovorimo glede termina prevzema.

Smrtni primer v bolnišnici

Osebne stvari pokojnika, ki jih je imel v bolnišnici, se izročijo sorodnikom. Vrednostni predmeti kot nakit ali gotovina pa ostanejo do zapuščinskega postopka v depozu bolnišnice. Naši sodelavci podjetja Bestattung Kärnten vas z veseljem seznanijo z ostalimi zadevami.

Smrtni primer na javnem mestu

V tem primeru pristojni varnostni organi obvestijo sorodnike. Čeprav termin predaje pokojnika običajno takoj po smrti še ni znan, vam svetujemo, da se nemudoma povežete z nami.

Smrtni slučaj v tujini

Obvestilo sorodnikom posreduje krajevno pristojen avstrijski zastopniški organ, ki je v pomoč tudi pri vseh naslednjih zadevah. Kot podjetje Bestattung Kärnten vam z veseljem svetujemo in prevzamemo prevoze in zračne Transporte iz vseh in v vse države na svetu.



Ponudba

Vrste pogrebov

- › pokop v grobu ali v grobnici
- › kremiranje in upepelitev
- › pogreb z žaro na Severnem in na Vzhodnem morju ali na Jadranu
- › pogreb ob drevesu (gozd miru)
- › diamantni pogreb
- › pogreb v vesolju

Prostor za obrede

- › Za individualne slovese v ožjem krogu so vam v naših pristojnih centrih na voljo primerno opremljeni prostori.

Glasba/multimedijska prezentacija

- › Naši svetovalci vam pri izboru žalne glasbe kompetentno in s čutno svetujejo. Po želji pa vam v spomin na pokojno osebo uredimo individualne medijske prezentacije.

Cvetje

- › Vašim željam po šopkih in cvetju ustrezemo v naši lastni floristični trgovini s širokom izborom.

Sožalna pošta

- › Za vas smo na voljo tudi za sestavo in oblikovanje osmrtnic ter vseh drugih tiskovin kot so mrliške slike, zahvalna pisma in tudi za objavo časopisnih oglasov in za vnos v elektronsko sožalno knjigo.

Predhodna skrb za lastni pogreb

- › Pri nas lahko brezplačno deponirate vaše osebne želje za lastni pogreb in te želje tudi finančno podprete.



PONUDBA



Pogrebni obred

Z nekaterimi običajnimi postopki lahko žalujoči izkažejo znak svoje ljubezni in se delno sprostijo. Pogrebni obred npr. ponuja možnost, da v hali za pogrebe napišete lastnoročno pismo pokojni osebi in da ga potem zažgete v posodi z ognjem, pepel pa shranite.

Tudi najljubšo pijačo pokojnika lahko poskusite v posodi ali pa poslušate njegovo najljubšo glasbo. Razumljivo je, da tudi »predmeti dodani grobu« ne predstavljajo nobenega problema – živali iz blaga, fotografije, knjige, verižice, igralne karte ali ostali predmeti, ki so pokojni osebi v življenju odigrali pomembno vlogo.

Svojci lahko na ta zelo osebni način uredijo slovo in dajo povezavi s pokojnikom primeren poudarek. V obredu pride do pomena nema žalost.



PONUDBA

Pogreb ob drevesu (Gozd miru/www.friedensforst.at)

Gozd miru podjetja Bestattung Kärnten je alternativna vrsta pogreba in je poznana tudi kot pogreb v gozdu ali pogreb ob drevesu. Pepel pokojne osebe se v biološko razgradljivi žari postavi ob korenine drevesa, ki stoji v gozdu, opredeljenem kot gozd miru.

Prvi gozd miru (Celovec/Sotnica) je naravno in idilično gozdno območje, njegovo gozdno stanje pa je za 99 let naprej namenjeno za koncept pogrebov ob drevesu. Tako drevesa v gozdu miru služijo kot naravna grobišča, sorodnikom, znancem, prijateljem pa kot mesto za razmišljanje in spominjanje. Pri tem pa skrb za grobove prevzame narava.

Izberite si svoje drevo. Družinska ali skupinska drevesa se lahko ekskluzivno rezervirajo kot zadnje počivališče za vas in za vašo družino ali za vaše najožje prijatelje. Pri posamičnem mestu počitka ob skupinskem drevesu imate možnost rezervacije prostora in zasedbe tega prostora. Na izbiro so vam drevo miru, veličastno drevo, premijsko drevo ali premijsko drevo na posebni legi.



IZRAŽANJE SOŽALJA



Naloga, da svoje sočutje in svojo žalost izrazimo žalujočim sorodnikom, je pogosto prezahtevna. Temu se skušamo izogniti tako, da smrti ne poimenujemo z dejansko besedo in si zato pomagamo z različnimi nadomestnimi izrazi, kot npr.: *»podlegel je bolezni, odšel je domov, za večno je zaspal, zatisnil je oči, odšel je v večni mir, nastopil je zadnje potovanje, odšel je od nas«* in podobno.

Nasveti in pomoč za formuliranje sožalnih tekstov v primeru smrti

- › Sožalno pismo je pomembno, ker dokumentira soudeležbo, sporoča prejemniku globoko sočloveško sočutje, da v težkih trenutkih ni osamljen, ter posreduje tudi tolažbo in zavezanost.
- › Svoje občutke podajte v sebi lastnih, enostavnih in iskrenih besedah. Če si s pokojno osebo niste bili posebej blizu, zadostuje nekaj osebnih in ročno napisanih stavkov na belem pisemskem papirju ali na običajni dopisnici.
- › Poskušajte pokojnika ceniti. Ponudite svojcem pomoč in praktično podporo ter jim zaželite poguma pri žalnih opravilih.
- › Izogibajte se floskulam in ne uporabljajte religioznih formulacij, razen če natančno veste, da je bila

pokojna oseba in da so svojci, katerim je pismo namenjeno, verni.

- › Uporabljajte samo citate, s katerimi se lahko identificirate. Dajte prejemniku vedeti, da vas je izguba neposredno prizadela in da ste prav tako potrebni tolažbe - potem boste zagotovo našli pravilne izraze.
- › Sožalna pisma lahko vsebujejo tudi sporočilo, da ste šele sedaj izvedeli za smrtni primer in/ali prošnjo za razumevanje zato, da se iz opravičenih razlogov pogreba ne boste oziroma niste mogli udeležiti.

Ker veliko ljudi vsakodnevno dela z računalnikom, lahko obiščete interaktivni spominski portal na naslovu www.bestattung-kaernten.at

Tam imate možnost, da lahko neposredno izrazite svoje sožalje in da ga naredite dostopnega javnosti.

IZRAŽANJE SOŽALJA

Izognite se napakam pri sožalnem pismu

- › Pismo mora biti sestavljeno čim bolj neposredno po prejetju obvestila o dogodku.
- › Pismo napišite lastnoročno. Pri tem upoštevajte pravilni nagovor. Pismo začnite neposredno z sožalnim sporočilom.
- › Če vam je umrla oseba poznana po imenu, morate izpisati njeno ime in priimek.
- › Formulirajte pozitivno oceno pokojnika in se izogibajte pretiravanjem.
- › Ne poskušajte razlagati, kaj je na smrti »dobrega«.
- › Ponudite pomoč
- › Bodite pozorni na to, da vaše besede ustrezajo stopnji povezanosti oziroma nivoju zaupnosti do umrle osebe
- › Končajte pismo s kratkim izrazom sočutja in z žalnim pozdravom.
- › Pismo mora biti podpisano z vašim osebnim podpisom.



PO POGREBU



Izrazi zahvale

Zahvalna pisma in zahvale v dnevnikih časopisih lahko naročite pri podjetju Bestattung Kärnten. Naši sodelavci vam z veseljem pomagajo pri sestavi zahval in prevzamejo tudi naročila za tiskanje.

Zahtevki iz naslova smrti

Obstajajo pod določenimi pogoji pri sindikatih, invalidskih uradih, združenjih žrtev in pri podobnih ustanovah.

Zapuščinski postopek

Notar bo svojce pozval na ta postopek.

Zavarovanja

Za dvig zavarovalne vsote mora zavarovalnica prejeti mrliški list, zavarovalno polico, potrdilo o zadnjem vplačilu in osebni dokument.

Pokojnine za vdovstvo in za sirote

Potrebno jih je zahtevati od krajevno pristojnega pokojninskega urada.

Odpoved obstoječih pogodb

Takšne pogodbe, ki se glasijo na ime pokojne osebe, se morajo spremeniti ali prekiniti (npr. elektrika, plin, voda, radio, televizija, telefon, naročnine na časopise...)

Finančni urad

Krajevno pristojni finančni urad daje informacije o davčni obravnavi pogrebnih zahtevkov.

Predhodna skrb

Sodelavci podjetja Bestattung Kärnten vas z veseljem informirajo o različnih možnostih predhodne skrbi za pogreb (npr. Wiener Verein).

Spominski portal

Spomini na človeka ostanejo. Misli ne umrejo z njim. Številnim žalujočim pa vendar manjka eno mesto, kjer bi lahko izrazili te polnovredne spomine in jih delili z drugimi. Želja nameniti drugemu človeku spomin ima večstoletno tradicijo. Vendar pa spremembe v času pogosto zmanjšujejo pomen te tradicije.

Naš spominski portal se nahaja na:
<http://bestattung-kaernten.gedenkportal.at>

Osebna PREDHODNA SKRB

Odločitev, da za primer lastne smrti predhodno poskrbite, ne pomeni samo olajšanja za svojce, ampak ponuja tudi možnost, da ugodite svojim lastnim predstavam. Torej odločite sami o vrsti izvedbe vašega pogreba.

Če že razpolagate z lastnim prostorom za grob, priložite tozadevne podlage k vašim dokumentom.

Svoje osebne želje shranite nujno tudi v pisni obliki, kajti ustna sporočila lahko zaidejo v pozabo. Pri nas lahko vse te želje, ki bodo seveda obravnavane v strogi zaupnosti, brezplačno hranite. V primeru vaše smrti pa bodo te želje svojcem takoj na razpolago.

K tem željam, ki jih ne smemo zamenjati s tistimi v oporoki, spadajo med drugim tudi vrsta pogreba, ležanje na parah, izbira krste, formulacija teksta osmrtnice, potek žalnega dogodka in še veliko več.

Podjetje Bestattung Kärnten je kooperantski partner družbe:



Predhodna skrb o pogrebu

Podjetje Wiener
Verein – kompetentni
partner za predhodno
skrb in za pogreb!



NASE STORITVE –VAŠE PREDNOSTI

Celoviti paket podjetja Wiener Verein ponuja neomejeno varstvo in celovite servisne storitve. Povprašajte svojega svetovalca o njegovih prednostih.:

- doživljenjsko zavarovanje ob skrajšani dobi plačevanja premije (možna tudi enkratna premija)
- brezgotovinska izvedba pogrebov ali upepelitev na osnovi osebnih želja v okviru zavarovalne vsote
- prevozna storitev po vsem svetu: prevoz do zadnjega počivališča v Avstriji
- predhodna finančna skrb za alternativne vrste pogrebov
- nega grobov



Servisni telefom: 050 350 69600
www.wienerverein.at



Bestattung Kärnten

Dnevna in nočna pripravljenost

Naši sodelavci so vam za vaše osebno svetovanje na voljo neprekinjeno (24 ur na dan).

 **050 199** v Avstriji – brez klicne kode

Wolfsberg  **0664/26 21 255**
(Partner podjetja Bestattung Kärnten)

Celovec › Waagplatz 2 › 9020 Celovec ob Vrbskem jezeru

Beljak › Klagenfurter Straße 68 › 9500 Beljak

Šentvid ob Glini › Friedhofstraße 1 › 9300 Šentvid ob Glini

Bistrica ob Dravi › Villacher Straße 22 › 9710 Bistrica ob Dravi ter Poreče, Vrba, Bekštanj

Podjetje Bestattung Kärnten je kooperacijski partner podjetja:



Oddelek za stranke 9020 Celovec, St.-Veiter-Ring 13

Tel .050 350 69500, klagenfurt@wienerverein.at

Oddelek za stranke 9500 Beljak, Moritschstrasse 5-7

Tel. 050 350 69600, villach@wienerverein.at

Fotos: Gleiss, Höher, Wolfsberger Stadtwerke



T 050 199 › E office@bestattung-kaernten.at
www.bestattung-kaernten.at