



Bedenkenswertes zum Lebensende

Ein Leitfaden der Arbeitsgruppe für Altersfragen
der Konferenz der Mennoniten der Schweiz

Inhalt

Fragen, die uns das Sterben stellt **4**

Bedenke dein Leben und verfasse deinen Lebenslauf **6**

Wirf einen besonderen Blick auf deine Beziehungen **7**

Ordne deine persönlichen Angelegenheiten **8**

Erste Schritte bei einem Todesfall **16**

Wichtige Adressen und Hilfreiche Informationen **18**

Fragen, die uns das Sterben stellt

Lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, damit wir klug werden. PSALM 90,12

Wir wissen es, dass wir sterblich sind. Dass jederzeit jenes Ende da sein könnte, das unsere Zeit im Hier und Jetzt beschliesst. Aber was bedeutet das: Dass wir sterben müssen? Das bedeutet einerseits, dass nicht nur unser Leben, sondern auch unser Sterben von Gott umfassen ist und Gott uns selbst im Tod umfassen hält.

Das gibt uns die Freiheit, besonnen und zuversichtlich auf die letzte Wegstrecke zu blicken. Und uns vorzubereiten und festzuhalten, was uns für diese Tage und den Abschied wichtig ist. Wir können zwar nicht wissen, welche Entscheidungen wir auf diesem Weg zu fällen haben: Ob da medizinische Entscheidungen über Therapien und lebenserhaltende Massnahmen an uns herantreten werden. Oder ob da die Frage auftaucht, wer für mich entscheiden darf, wenn ich das nicht mehr selbst kann. Aber ich kann mit meinen Nächsten besprechen, was mir wichtig ist und ich kann es auch schriftlich festhalten.

Und das verweist mich auf das Zweite: Durch die Auferstehung Christi wissen wir, dass Gott auch unser Leben in seinem Gedenken hält und aufhebt, was göltig und wertvoll bleibt. Das Wissen, dass mein Leben ein Ende, ein Ziel hat, verweist mich auf dieses

Leben selbst zurück, dass ich in jenes Bild hineinlege, das Gott von mir in seinem Herzen trägt. Jetzt und hier das erkennen und leben, was Wert und Gültigkeit hat. Auf das Sterben zu blicken, lehrt mich klarer sehen, was Gewicht hat im Leben. Und es ist ein Geschenk, wenn ich das mit Menschen, die mir nahestehen, teilen darf. Da können wesentliche Verbindungen wachsen, die unser Leben und Sterben jetzt schon reich machen.

*Jürg Bräker, Generalsekretär
Konferenz der Mennoniten der Schweiz*

1. Bedenke dein Leben und verfasse deinen Lebenslauf

Nimm dir Zeit, auf dein Leben zurückzublicken - auf die verschiedenen Phasen, die du durchlaufen hast, auf die Rollen, die du eingenommen hast, auf die Aktivitäten, die dein Leben ausgefüllt haben und auf die Erfahrungen und Beziehungen, die dich geprägt haben.

- Achte dabei auf die Spuren Gottes und was dich in deinem Vertrauen auf ihn stärkte.
- Achte auf das, wofür du dankbar bist.
- Achte auf die Menschen, die in deinem Leben wichtig waren, wie sie dich in deinem Leben beschenkten und was dich mit ihnen verbunden hat.
- Achte auf die Orte, wo du deinen Platz im Leben fandest, wo du mit deinen geschenkten Gaben und deinem von Gott geschenkten Wesen wirken durftest und andere beschenken konntest.
- Auch Schwieriges und Zeiten, die durchlitten werden mussten, haben ihren Raum, und auch darin kannst du Ausschau halten nach den Spuren von Gottes liebender Gegenwart, die ich oft erst im Nachhinein erkennen kann.

Verfasse ausgehend von deinem Rückblick einen Lebenslauf. Halte darin für deine Nachkommen fest, was dir mit Blick auf dein Leben wichtig geworden ist und was du ihnen gerne mitgeben möchtest.

2. **Wirf einen besonderen Blick auf deine Beziehungen**

Beziehungen können unser Leben reich und glücklich machen und ebenso können sie grossen Schmerz verursachen. Wir können verletzt werden, Unrecht erleiden. Und wir verletzen und tun Unrecht, manchmal gewollt, oft ungewollt. Unvergebene Schuld kann belasten. Der Weg zu Vergebung und Versöhnung ist nicht leicht, aber es ist ein Weg in die Freiheit.

- Wo trage ich noch Schmerz von widerfahrenem Unrecht in mir?
- Mit wem kann ich den Weg zur Vergebung suchen?
- Wo bin ich an jemandem schuldig geworden und möchte um Vergebung bitten?

Du musst diese Wege nicht allein gehen. Sprich mit jemandem, der/dem du vertraust, über das, was dich belastet. Gemeinsam werdet ihr Wege finden, die von Gottes Angebot von Vergebung und Versöhnung getragen sind, um Schritte zu wagen, dass Beziehungen zu Mitmenschen, Familienmitglieder und Freunden neu werden können. Auch im hohen Alter gestalten wir noch unser Leben, und auch auf das Ende hin können Beziehungen bereinigt und sogar neu werden.

3. Ordne deine persönlichen Angelegenheiten

Kläre Fragen im Hinblick auf Besitz, Wohnung oder Haus, erstelle verschiedene Verfügungen und halte deine Wünsche für deine Abankung fest. Der folgende Fragebogen hilft dir dabei.

a. Angaben zu meiner Person

Vorname:

Nachname:

Wohnadresse:

Geburtsdatum:

Heimatort oder Nationalität:

Beistand oder Vormund:

b. Meine Bezugspersonen

Ehefrau/-mann oder Partner/-in:

Kinder und / oder Geschwister:

Zugehörige / Vertrauensperson(en):

Hausarzt / Hausärztin:

c. Dokumente und Passwörter

Meine wichtigsten Dokumente und meine Passwörter befinden sich hier:

d. **Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag und Testament**

In einer **Patientenverfügung** kann ich schriftlich im Voraus festhalten, welche medizinischen Massnahmen und Behandlungen ich wünsche und welche nicht. Wichtig ist, dass im Ernstfall kein Zweifel an meiner Urteilsfähigkeit zur Zeit der Abfassung aufkommt. Sie kommt aber erst dann zum Tragen, wenn ich selbst urteilsunfähig geworden bin.

Im **Vorsorgeauftrag** geht es darum, Anordnungen zu treffen, die im Falle meiner eigenen Urteilsunfähigkeit zu ergreifen sind. Es geht namentlich um die Personenvorsorge (Hilfe im Alltag, für gesundheitliches Wohl schauen) und um die finanziellen Angelegenheiten (Vermögensverwaltung und Rechtsverkehr). Ganz wichtig: Der Vorsorgeauftrag ist nur gültig, wenn er vollständig mit eigener Hand geschrieben, datiert und unterzeichnet ist. Falls dies nicht mehr möglich ist, muss er notariell beglaubigt werden.

Das **Testament** ist ein wichtiges Dokument, um den eigenen Besitz nach eigenen Vorstellungen und Werten einzusetzen. Ein Testament muss ebenfalls eigenhändig schriftlich abgefasst werden.

Diverse Vorlagen für eine Patientenverfügung oder einen Vorsorgeauftrag sind online verfügbar. Vgl. die Adressliste am Schluss.

e. Persönliche Wünsche

Bei den persönlichen Ideen, welche die Trauerfeier betreffen, handelt es sich um Wünsche. Sie sollen eine Hilfe bieten und den Umständen entsprechend berücksichtigt werden.

Trauerfeier

Ich überlasse die Gestaltung der Feier ganz meinen Angehörigen.

Ich habe folgende Wünsche zur Gestaltung:

Ort:

Die Feier soll gehalten werden von:

Predigttext:

Lieder:

Mein Lebenslauf ist vorbereitet und befindet sich:

Weitere Wünsche:

Traueressen

Ort:

Gäste:

Todesanzeige

- Ich wünsche keinen Versand von Anzeigen.
- Die Abfassung und Gestaltung der Todesanzeige überlasse ich meinen Angehörigen.
- Ich habe folgende Wünsche für die Todesanzeige:

Ein Entwurf für meine Todesanzeige befindet sich:

Die Anzeige soll in folgenden Medien erscheinen:

Folgender Text soll auf dem Zirkular stehen:

Ich wünsche keine Blumenspenden, sondern eine Spende an:

Eine Liste mit Personen, welche die Anzeige erhalten sollen, befindet sich:

Bestattung

Friedhof in:

Erdbestattung

- in Reihengrab**
- in Familiengrab**
- in Gemeinschaftsgrab**
- anderswo:**

Sargwahl:

Kremation mit Beisetzung

- in Urnen-Reihengrab**
 - in Urnen-Nischenmauer**
 - in Gemeinschaftsgrab**
 - anderswo:**
-

Danksagung

Ich wünsche eine Danksagung.

Ich wünsche eine Danksagung in folgenden Medien:

Ich wünsche keine Danksagung.

Grab (Bepflanzung/Stein)

Ich habe für die Grabbepflanzung eine Vereinbarung getroffen mit:

Ich wünsche folgende Dauerlösung (z.B. Steinplatte):

Meine Wünsche zur Beschriftung:

g. Datum, Ort und Unterschrift

Ort und Datum der Abfassung dieser Unterlage:

Mein vollständiger Name und Adresse:

Meine Unterschrift:

4. Erste Schritte bei einem Todesfall

Was ist bei einem Todesfall von An- und Zugehörigen zu erledigen? Eine Checkliste.

- Benachrichtigung der An- und Zugehörigen sowie anders verbundenen Personen.
- Benachrichtigung eines Bestattungsunternehmens.
- Kontaktaufnahme mit dem von der verstorbenen Person gewünschten Pastor/in.
- Meldung des Todesfalls innert zwei Tagen auf Zivilstandesamt der Wohngemeinde der verstorbenen Person. Mitzubringen sind: Ärztliche Todesbescheinigung (Original) und Familienbüchlein.
- Absprache mit dem Pastor/in bezüglich der Trauerfeier.
- Gestalten der Todesanzeige und Erteilen des Druckauftrages, Versand nach Adressliste.
- Einreichen des ungeöffneten Testaments bei der kantonalen Stelle zur späteren Eröffnung.

- Benachrichtigung der Pensionskasse sowie der Versicherungen (Krankenkasse, Unfall-, Auto-, Privathaftpflicht-, Hausrat-, Lebensversicherung, 3. Säule, usw.)**

- Kündigung laufender Verträge (Mietvertrag, Abonnemente, Telefonanschluss, Radio/Fernsehen, Elektrizitätswerk-, Gas- und Wasserwerk usw.)**

- Informieren von Vereinen, bei denen der/die Verstorbene Mitglied war.**

- Antrag für Witwen-, Witwer- und/oder Waisenrente bei der AHV-Ausgleichskasse und der Pensionskasse stellen.**

5. Wichtige Adressen und Hilfreiche Informationen

Für Patientenverfügung und Vorsorgevertrag empfehlen wir Unterlagen bzw. Dossiers, die an folgenden Adressen erhältlich sind:

Eine **Patientenverfügung** ist auf der Website der FMH verfügbar: menno.li/patientenverfuegung-fmh

Vorsorgeverträge (und Patientenverfügungen, Anleitungen für Testamentabfassungen etc.) gibt es in den kostenpflichtigen Dossiers, die bei folgenden nationalen Stellen angefordert werden können:

Pro Senectute Schweiz
(Zürich)
044 283 89 89
info@prosenectute.ch
www.prosenectute.ch

Schweizerisches Rotes
Kreuz (Bern)
058 400 41 11
info@redcross.ch
www.redcross.ch

Stiftung Dialog Ethik
(Zürich)
044 252 42 01
info@dialog-ethik.ch

Auf kantonaler und kommunaler Ebene gibt es zahlreiche weitere Stellen, bei denen Unterlagen, Unterstützung und Beratung angefordert werden können.



Herausgeber:

Arbeitsgruppe für Altersfragen AGAF
Konferenz der Mennoniten der Schweiz

www.menno.ch/agaf

1. Auflage 2024