



SCHRIJF EEN BRIEF AAN UW NAASTE(N)

EEN BRIEF OM ZELF IN TE VULLEN

Neem echt iemand in gedachten om aan te schrijven. Bijvoorbeeld uw partner, uw kind of kinderen, of een vriend.

Lieve/beste ...,

De laatste tijd denk ik meer na over het laatste deel van mijn leven. Ik denk over dingen die ik belangrijk vind, bijvoorbeeld als ik een ziekte krijg die niet meer te genezen is, een ongeluk of iets anders waardoor mijn leven stopt.

Ik denk ook na over de zorg die ik wil krijgen als ik dood ga. En hoe ik afscheid wil nemen.

Ik vind het belangrijk dat je mijn wensen kent. Niet alleen voor mezelf maar ook voor jou. Jij bent heel belangrijk in mijn leven.

Misschien vind je het moeilijk om hier met mij over te praten. Of misschien vind je het te vroeg. Maar voor iedereen komt het laatste deel van het leven er een keer aan. Misschien kan ik dan niet meer vertellen wat ik zou willen.

Daarom heb ik deze brief geschreven, zodat je weet wat voor mij belangrijk is. Jij kunt dan voor mij beslissen, als dat nodig is.

Wat ik opschrijf is zoals ik er nu over denk. Misschien verandert dat weer. Ik deel het graag met je.

Let op:

- Deze brief is alleen bedoeld als informatie. Het is geen document dat geldig is volgens de wet.
- Woorden met een * staan in de verklarende begrippenlijst.



1. Hoe ik mijn leven zie

1.1 Dingen die mijn leven zin geven. Dingen die voor mij het meest dierbaar zijn.

Bijvoorbeeld: bij elkaar komen met familie, elkaar aanraken, contact met de (klein)kinderen, de natuur, ontmoetingen met vrienden, naar de kerk gaan, muziek, tuinieren, lezen.

1.2 Wat ik (nog) heel graag wil doen of meemaken

Bijvoorbeeld: op reis gaan, geboorteland bezoeken, verjaardagen vieren, vieren van een trouwdag of jubileum, iets met kinderen of kleinkinderen (als die er zijn), oude vrienden ontmoeten, dingen uit het verleden oplossen.

1.3 Hoe ik de dood zie en mijn sterven

Bijvoorbeeld: de dood als het definitieve einde, uitzien naar het terugzien van overleden mensen van wie je veel houdt, angst om te sterven, rituelen rond het dood gaan.

1.4 Wat ik belangrijk vind (direct) voor mijn begrafenis of crematie

Bijvoorbeeld: thuis opbaren, activiteiten met een voor mij speciale betekenis, kleding, muziek, dat er mensen spreken.



2. Familie/naasten

2.1 Als ik het slechte nieuws zou krijgen dat ik niet meer beter kan worden, dan is mijn wens..

Bijvoorbeeld: er samen over praten of juist niet, niet aan andere mensen vertellen, gewoon doorgaan met leven, praten met een vertrouwenspersoon.

2.2 Ik vind het belangrijk dat jullie weten hoe ik denk over het laatste deel van mijn leven. Daarom wil ik graag:

Bijvoorbeeld: er samen thuis over praten, samen een (levens)testament* schrijven. Er samen én met een professional over praten (bijvoorbeeld met een arts, iemand van mijn kerk, tempel of moskee, een geestelijk verzorger*).

3. Beslissingen nemen

3.1 Bij beslissingen over mijn behandeling, dan wens ik:

Bijvoorbeeld: zelf beslissen, bespreken met familie of vrienden, bespreken met mijn arts of verpleegkundige..

3.2 Als ik zelf geen beslissingen meer kan nemen, dan wil ik dat iemand anders dat voor mij doet. Die persoon wordt mijn vertegenwoordiger*.

Ik denk voor medische zaken aan: (naam)



.....

Ik denk voor zakelijke beslissingen, zoals geldzaken aan: (naam)

3.3 Ik wil niet dat de volgende personen beslissingen voor mij nemen:

1.

2.

3.4 Als mijn vertegenwoordiger* medische beslissingen moet nemen voor mij, dan wil ik dat:

O Mijn vertegenwoordiger mijn wensen en keuzes precies uitvoert zoals opgeschreven in deze brief.

Of:

O Mijn vertegenwoordiger mijn wensen en keuzes in gedachten houdt. Hij of zij beslist voor mij zoals hij of zij denkt dat ik het zou willen.

Uitleg:



4. Het laatste deel van mijn leven

Het kan zijn dat er in mijn laatste dagen, weken of maanden keuzes gemaakt moeten worden. Keuzes over zorg, behandelingen en misschien ook over de plek waar ik zal wonen.

De keuzes die ik dan wil maken, hangen af van hoe het dan met mij gaat. In deze brief schrijf ik op hoe ik hier nu over denk.

4.1 Hieronder staat een lijst met behandelingen. Ik heb aangekruist wat ik op dit moment zou willen in mijn laatste maanden, weken of dagen. Op dit moment is de datum dat ik mijn handtekening zet onder deze brief.

	Ja	Misschien	Nee	Ik weet het niet
Gereanimeerd worden*				
Infuus voor vocht, medicijnen of iets anders krijgen.				
Aan een beademingsapparaat* liggen				
Vloeibaar eten krijgen door een sonde*				
Nierdialyse* krijgen				
Palliatieve zorg* krijgen				

Uitleg:



4.2 Hieronder staat een lijst met behandelingen. Ik heb aangekruist wat ik niet wil als ik het zelf niet meer kan zeggen of als ik zelf niet meer kan beslissen.

	Ja, dat is mijn wens	Ik weet het niet
Ik wil niet gereanimeerd* worden.		
Ik wil niet naar het ziekenhuis gebracht worden als ik thuis verzorgd kan worden.		
In het ziekenhuis wil ik niet aan de beademing* liggen.		
In het ziekenhuis wil ik geen vloeibaar eten door een sonde* krijgen.		
Ik wil geen antibiotica, bijvoorbeeld bij een longontsteking.		
Ik wil geen bestraling, operatie, nierdialyse*, chemotherapie of transplantatie.		
Ik wil geen experimentele behandelingen.		
Ik wil mijn organen niet doneren na mijn overlijden		

Uitleg:

4.3 Waar ik de laatste weken of dagen van mijn leven het liefst wil wonen.

	Ja	Nee	Misschien, dat beslis ik later
In een hospice of bijna-thuis-huis*.			
In een verpleeghuis.			
Thuis met familie en vrienden en met hulp als het nodig is.			
In het ziekenhuis. <i>Let op: U kunt niet zelf kiezen voor een ziekenhuisopname. U kunt wel weigeren naar het ziekenhuis te gaan.</i>			



.....

Uitleg:

4.4 Wat ik zou willen als ik nog een paar dagen te leven heb.

	Ja	Nee	Misschien, dat beslis ik later	Misschien, dat beslis ik later
Ik wil stoppen met behandelingen en medicijnen die als doel 'verbetering' hebben.				
Dit is een beslissing van de arts samen met u.				
Ik wil palliatieve sedatie*. <i>Let op: dit kan alleen als de regels passen bij uw situatie. Het is een beslissing van de arts samen met u.</i>				
Ik wil euthanasie* of hulp bij zelfdoding. <i>Let op: u vraagt dit zelf aan de arts, maar de arts beslist. Er zijn regels voor.</i>				
Ik wil geestelijke begeleiding* door een geestelijk verzorger, een dominee, pastor, iman, pandit, psycholoog of door				

Ik wil ook graag dit nog zeggen over deze beslissingen rond mijn laatste dagen:



.....

4.5 Ik wil als ik dood ga:

- Alleen zijn
 - Dat de volgende mensen bij mij zijn
- Familie en vrienden, namelijk:

O Mensen die in de zorg werken, bijvoorbeeld mijn huisarts, mensen van de thuiszorg, verpleegkundigen

4.6 Ik heb naast deze brief ook andere documenten met mijn wensen.

Bijvoorbeeld: een officieel (levens)testament*, een brief of document met hoe ik mijn spullen wil verdelen, een lijst met wensen voor na mijn overlijden, bijvoorbeeld over mijn begrafenis of crematie.

Document 1

Dit document ligt (vul in waar, bijvoorbeeld in uw kledingkast of in uw la met belangrijke papieren):

Dit document is bekend bij (vul in bij wie, bijvoorbeeld uw huisarts of notaris).

Document 2

Dit document ligt (vul in waar):

Dit document is bekend bij (vul in bij wie):



.....

Document 3

Dit document ligt (vul in waar):

Dit document is bekend bij (vul in bij wie):

5. Tot slot

5.1 Wat ik verder nog wil zeggen.

Ik dank je voor de aandacht waarmee je deze brief hebt gelezen. Ik hoop dat we hier samen over kunnen praten. Of misschien wil je me liever terugschrijven? Alles is prima, ik heb graag contact met je over dit onderwerp.

Liefs/hartelijke groet,

Plaats: _____

Datum: _____