

Radzenie sobie ze stratą bliskiej osoby

**Informacje oferujące wsparcie dla Ciebie i
Twojej rodziny w przypadku śmierci
bliskiej osoby**

Chcielibyśmy złożyć najgłębsze wyrazy współczucia Tobie i Twojej rodzinie z powodu śmierci bliskiej Wam osoby.

W przypadku śmierci bliskiej osoby należy podjąć wiele decyzji i dokonać wielu ustaleń, często w chwilach ogromnego cierpienia.

Śmierć bliskiej osoby może nastąpić nagle lub być od dawna spodziewana, lecz w każdym wypadku będzie ona szokiem.

Niniejsza broszura oferuje pomoc i porady dotyczące kroków, które należy podjąć, szczególnie podczas pierwszych ciężkich i bolesnych dni żałoby. Zawiera również informacje na temat psychicznych i fizycznych reakcji, których możesz doznać, oraz dane kontaktowe organizacji udzielających wsparcie.

Niniejsza broszura zawiera następujące informacje:

Część 1: Sprawy praktyczne	Strona
Poświęcenie czasu na żałobę	4
Zwrot mienia	4-5
Dawstwo organów i tkanek	5
Ustalenia po nastąpieniu śmierci	5
Akt zgonu z podaną przyczyną zgonu	6
Badanie pośmiertne	6-7
Zgłoszenie zgonu bliskiej osoby	7
Organizacja pogrzebu	8-9
Odesłanie zwłok zmarłego do kraju pochodzenia	9
Osoby, które należy powiadomić	10-11
Rzeczy do zwrotu	11
Odbiór sprzętu opieki pielęgniarstwa	11
Część 2: Radzenie sobie ze stratą bliskiej osoby	
Żałoba	12-13
Pomoc dzieciom, które straciły bliską osobę	13-14
Część 3: Informacje i miejscowe wsparcie	
Usługi wsparcia funduszu Southern Trust	15
Wsparcie praktyczne	16
Organizacje udzielające wsparcia i informacji	17-21
Kontakt	22

Część 1: Sprawy praktyczne

Poświęcenie czasu na żałobę

W tych trudnych chwilach ważne jest, aby poświęcić trochę czasu na zebranie myśli, płacz albo rozmowę lub spędzić trochę czasu na osobności. Możliwe, że wymagane będzie podjęcie ważnych decyzji, a okazja, aby rozważyć wszystkie opcje, prawdopodobnie pomoże Tobie i Twojej rodzinie, teraz i później.

Często w podobnych chwilach bardzo może pomóc wsparcie ze strony członków rodziny i przyjaciół. Jeżeli chcesz, pracownicy, którzy opiekowali się bliską Ci osobą, mogą również skontaktować się z księdzem, przywódcą duchowym lub kapłanem szpitalnym. Możliwe też, że wolisz pozostać na osobności.

Pracownicy, którzy opiekowali się bliską Ci osobą, zrobią wszystko, co możliwe, aby pomóc i wesprzeć Cię. Jeżeli w najbliższych dniach lub tygodniach chcesz porozmawiać z pracownikami służby zdrowia, którzy opiekowali się bliską Ci osobą w chwili jej śmierci, należy skontaktować się z kierownikiem oddziału lub główną pielęgniarką środowiskową, aby umówić się na spotkanie.

Można również skontaktować się z pracownikami udzielającymi wsparcia, porady i pomocy pacjentom – **Craigavon, tel.:** 028 3861 2395/4285 lub **Daisy Hill, tel.:** 028 30835070

Zwrot mienia (*gdy bliska Ci osoba nie zmarła we własnym domu*)

Pracownicy zapytają o Twoje życzenia w przygotowaniu do zebrania rzeczy osobistych bliskiej Ci osoby. Rzeczy można zabrać od razu lub odebrać później. Należy poinformować pracowników o swoich zamiarach.

Fundusz ma zasady regulujące zwrot przedmiotów

wartościowych. Pracownicy omówią z Tobą ustalenia i poinformują Cię, czy musisz wrócić odebrać przedmioty wartościowe lub pieniądze. W niektórych przypadkach wymagania prawne mogą uniemożliwić szybki zwrot mienia, lecz będziesz regularnie informowany podczas procedury. Pracownicy podejmą działania jak najszybciej, lecz będziemy wdzięczni za cierpliwość.

Dawstwo organów i tkanek

W niektórych oddziałach szpitala, np. na oddziale intensywnej terapii, lekarze mogą zapytać Cię o dawstwo organów i tkanek.

Niektórzy ludzie wpisują się do rejestru dawców lub posiadają kartę dawcy organów/tkanek. Wobec braku tych informacji, najbliższy krewny ma prawo zgodzić się na dawstwo organów i tkanek. Jeżeli wiesz, że bliska Ci osoba chciała oddać organy lub tkanki, albo jeżeli chcesz rozważyć tę opcję w jej imieniu, należy poinformować pracowników oddziału, lekarza rodzinnego bądź pielęgniarkę środowiskową. Może się zdarzyć, że osoba nie może być dawcą z powodu stanu chorobowego lub przyczyny/miejsca zgonu.

Ustalenia po nastąpieniu śmierci

W zależności od okoliczności i miejsca zgonu, w stosownej chwili zmarły może zostać we właściwy sposób przeniesiony do kostnicy lub pokoju spoczynku. Są to specjalne miejsca, gdzie zmarły pozostaje, dopóki nie zostaną zakończone formalne ustalenia z przedsiębiorcą pogrzebowym lub związane z badaniem pośmiertnym. Pracownicy kostnicy pomogą Ci z zobaczeniem zmarłej osoby i spędzeniem z nią czasu.

Gdy Fundusz będzie upoważniony prawnie, na przykład, gdy akt zgonu będzie gotowy, zmarły zostanie przeniesiony do wybranego przez Ciebie przedsiębiorcy pogrzebowego.

Akt zgonu z podaną przyczyną zgonu

Akt zgonu z podaną przyczyną zgonu jest potrzebny, aby zgłosić śmierć bliskiej osoby. Akt zgonu musi zostać wypełniony przez lekarza, który leczył zmarłego w ciągu 28 dni przed nastąpieniem zgonu. Akt zgonu jest zazwyczaj przekazywany osobie zarejestrowanej jako najbliższy krewny zmarłego, osobie pełniącej odpowiedzialność rodzicielską lub opiekunowi.

Jeżeli zmarły nie był badany przez lekarza w ciągu 28 dni przed nastąpieniem śmierci lub w okolicznościach nagłego bądź niespodziewanego zgonu, nie może zostać wystawiony akt zgonu. Zgony nagłe lub niespodziewane muszą zostać zgłoszone do koronera, niezależnego urzędnika sądu, który prowadzi śledztwo w sprawie nagłych, brutalnych lub niespodziewanych zgonów.

Pracownicy udzielą informacji na temat aktu zgonu.

Badanie pośmiertne

Badanie pośmiertne (nazywane również autopsją) jest badaniem przeprowadzonym przez patologa po nastąpieniu zgonu, gdy wymagane jest ustalenie przyczyny zgonu. Istnieją dwa możliwe powody, dla których może zostać ono przeprowadzone.

1. Badanie pośmiertne prowadzone przez koronera

Jeżeli koroner zdecyduje się przeprowadzić śledztwo ws. przyczyny śmierci, może poprosić o wykonanie badania pośmiertnego. Koroner nie potrzebuje zgody rodziny na badanie pośmiertne, które zostanie przeprowadzone przez urząd w Belfaście (*State Pathology Service*). Gdy koroner decyduje o przeprowadzeniu badania pośmiertnego, funkcjonariusz policji jest zaangażowany w zebranie informacji na temat zgonu przekazywanych koronerowi. W pewnym momencie koroner skontaktuje się również z wyznaczonym członkiem rodziny, aby wyjaśnić, kiedy zwłoki zostaną wydane w celu przeprowadzenia pogrzebu/kremacji. Po zakończeniu badania pośmiertnego koroner wyda certyfikat pozwalający na

przeprowadzenie pogrzebu. Lekarz, który opiekował się bliską Ci osobą, szczegółowo omówi z Tobą tę kwestię i w razie potrzeby udzieli pisemnej informacji o procedurze.

2. Badanie pośmiertne zezwolone przez szpital

Lekarz może poprosić Cię o zgodę na przeprowadzenie powyższego badania pośmiertnego. Jest to badanie przeprowadzane za zgodą rodziny, aby w pełni zrozumieć stan chorobowy i przyczynę śmierci oraz poprawić opiekę sprawowaną nad pacjentami. Decyzja o wyrażeniu zgody należy do Ciebie. Lekarz, który opiekował się bliską Ci osobą, może omówić z Tobą tę opcję i w razie potrzeby udzielić pisemnej informacji o procedurze.

Zgłoszenie zgonu bliskiej osoby

Po wystawieniu aktu zgonu należy zgłosić zgon u rejestratora urodzeń i zgonów (Registrar of Births and Deaths). Wszystkie zgony, do jakich dochodzi w Irlandii Północnej, muszą zostać zgłoszone radzie dzielnicy, w której doszło do zgonu lub w której zmarły mieszkał. Przedsiębiorca pogrzebowy może Ci pomóc, jeżeli masz wątpliwości w tej kwestii.

Zgłoszenie zgonu powinno nastąpić w ciągu 5 dni. Przedsiębiorca pogrzebowy będzie potrzebował formularza GRO 21, który otrzymasz od urzędnika rejestrującego zgon albo nakaz koronera przed uzyskaniem pozwolenia na kremację lub na otwarcie grobu na cmentarzu należącym do rady dzielnicy. Więcej informacji na temat zgłoszenia zgonów można uzyskać na stronie internetowej NI Direct: [https:// www.nidirect.gov.uk/](https://www.nidirect.gov.uk/).

Organizacja pogrzebu

Na organizację pogrzebu można poświęcić trochę czasu, chyba że istnieje szczególny powód związany z religią lub kulturą, dla którego należy szybko przeprowadzić pogrzeb. Ksiądz, przywódca duchowy i członkowie wspólnoty religijnej prawdopodobnie będą w stanie pomóc w decyzjach i planach.

Decyzje, jakie należy podjąć

- Możliwe, że bliska Ci osoba zaplanowała swój własny pogrzeb lub wyraziła swoją opinię na temat tego, co chciałaby uwzględnić w pogrzebie lub co stanie się z jej zwłokami. Instrukcje mogły zostać zawarte pisemnie w testamencie lub omówione z Tobą czy innym członkiem rodziny przed śmiercią. Wskazane jest uwzględnienie tych życzeń przed sporządzeniem własnych planów.
- Możliwe, że bliska Ci osoba zapłaciła już za pogrzeb, w związku z czym wiedza na temat wszelkich dokumentów na ten temat może być pomocna.
- Chociaż możesz sam zorganizować pogrzeb, możliwe, że wsparcie przedsiębiorcy pogrzebowego będzie bezcenne, zważywszy na fakt, że przedsiębiorca pogrzebowy jest świadomy wszelkich kwestii, które należy uwzględnić. Przyjaciele, rodzina lub przywódca duchowy mogą pomóc w wyborze przedsiębiorcy pogrzebowego.
- Przedsiębiorca pogrzebowy jest w stanie udzielić porad na temat opcji związanych z pogrzebem, bez względu na fakt, czy planujesz formalną uroczystość pogrzebową. W razie potrzeby przedsiębiorca pogrzebowy pomoże również zorganizować zakup grobu. Ksiądz lub przywódca duchowy będzie w stanie pomóc w kwestiach związanych z cmentarzami kościelnymi. Informacje dotyczące cmentarzy należących do rady dzielnicy można uzyskać bezpośrednio od rady.
- Kremacje w Irlandii Północnej są przeprowadzane w krematorium Roselawn Crematorium w Belfaście. Więcej informacji na temat kremacji można uzyskać od przedsiębiorcy pogrzebowego lub poprzez bezpośredni kontakt z krematorium pod numerem 028 9044 8288. Przedsiębiorca pogrzebowy będzie w stanie pomóc w sprawach dodatkowych formularzy

wymaganych do kremacji. Kremacja nie może zostać przeprowadzona, dopóki nie zostanie ustalona przyczyna zgonu.

- Wielu przedsiębiorców pogrzebowych jest członkami stowarzyszeń, takich jak:
 - The National Association of Funeral Directors (NAFD) – narodowy związek przedsiębiorców pogrzebowych.
 - The Funeral Association of Northern Ireland – związek pogrzebowy Irlandii Północnej.
 - The Society of Allied and Independent Funeral Directors (SAIFD) – stowarzyszenie zrzeszonych i niezależnych przedsiębiorców pogrzebowych
 - The Irish Association of Funeral Directors (IAFD) – irlandzki związek przedsiębiorców pogrzebowych

Członkowie tych organizacji przestrzegają uzgodnionych norm. Powinni udostępnić cennik na żądanie oraz pisemne oszacowanie kosztów, które nie powinny zostać przekroczone bez Twojej zgody.

- Można również skontaktować się z oddziałem ds. żałoby zakładu ubezpieczeń społecznych (Social Security Agency's Bereavement Service Team) bezpłatnie pod numerem 0800 085 2463, aby zgłosić zgon i sprawdzić, czy masz prawo do zasiłku/pomocy finansowej w związku z kosztami pogrzebu.

Odesłanie zwłok zmarłego do kraju pochodzenia

Możliwe, że chcesz, aby zwłoki lub prochy zmarłego zostały odesłane do innego kraju. Aby wywieźć zwłoki z Irlandii Północnej należy uzyskać pozwolenie od koronera. Odbiór i pogrzeb/kremację w kraju docelowym należy zorganizować przed wylotem. Przedsiębiorca pogrzebowy, którego wybierzesz, pomoże w organizacji.

Jeżeli bliska Ci osoba zmarła tutaj będąc na wakacjach, koszt odesłania zwłok do kraju może być pokryty przez polisę ubezpieczenia podróżnego. W przeciwnym wypadku warto sprawdzić koszt odesłania zwłok do kraju przed wybraniem tej opcji. Konsulat lub ambasada kraju docelowego może również udzielić porad i informacji. Pracownicy kostnicy funduszu mają doświadczenie z odsyłaniem zwłok do kraju w podobnych okolicznościach i są również w stanie udzielić wsparcia w tej kwestii.

Osoby, które należy powiadomić

Istnieje wiele instytucji i osób, które należy powiadomić w przypadku zgonu bliskiej osoby. Lekarz rodzinny zostanie poinformowany w przypadku zgonu w szpitalu. W takiej sytuacji zostaną podjęte wszelkie kroki, aby odwołać zaplanowane wizyty.

Poniżej znajduje się lista innych osób i instytucji, które należy powiadomić. Lista nie jest pełna, i mogą istnieć inne osoby i instytucje, z którymi należy się skontaktować. Możliwe, że nie musisz skontaktować się z każdym z poniższych departamentów osobiście, lecz warto sporządzić listę, aby wiedzieć, kto już został poinformowany. Do ważnych instytucji należą:

- Prawnik
- Inne szpitale, w których zmarły przebywał
- Zakład ubezpieczeń społecznych (Social Security Office), aby anulować bezpośrednie płatności, takie jak zasiłki lub dodatki pielęgnacyjne)
- Instytucje świadczące usługi opieki domowej, np. pielęgniarstwo środowiskowe, pomoc domowa, ośrodek opieki dziennej itd.
- Banki / towarzystwa budowlane / operatorzy kart kredytowych / poczta
- Firma ubezpieczeniowa, zakład ubezpieczeń emerytalnych i/lub doradca finansowy

- Urząd skarbowy (Inland revenue)
- Firma samochodowa i firma ubezpieczająca samochód/dom
- Firma telefoniczna (telefon domowy i komórkowy)
- Pracodawca
- Przedsiębiorstwo usług komunalnych (gaz i elektryczność)
- Urząd mieszkaniowy

Strona internetowa NI Direct zawiera pomocne porady dla rodzin zmagających się ze śmiercią bliskiej osoby:
www.nidirect.gov.uk

Rzeczy do zwrotu

- Dokumenty rejestracyjne samochody (w przypadku zgłoszenia zmiany właściciela)
- Prawo jazdy
- Paszport
- Książki biblioteczne

Odbiór sprzętu opieki pielęgniarskiej

Bliska Ci osoba mogła mieć zapewnioną opiekę pielęgniarki środowiskowej lub korzystała z innych usług przed śmiercią. Pielęgniarka środowiskowa skontaktuje się z rodziną po pogrzebie i umówi odpowiadający termin na odbiór sprzętu z domu zmarłego. Można również skontaktować się z osobą lub instytucją, która dostarczyła sprzęt bądź ze sklepem Community Equipment Store, Manor Drive, Lurgan pod numerem telefonu 028 38341316.

Część 2: Radzenie sobie ze stratą bliskiej osoby

Żałoba

Każdy w którymś momencie swojego życia straci bliską osobę. Po stracie odczuwamy żałobę. Chociaż jest to często bolesny i emocjonalny okres, żałoba jest naturalnym procesem. Każdy inaczej reaguje na stratę, lecz są emocje, których doświadczają wszyscy:

- Wiele osób często odczuwa szok tuż po stracie bliskiej osoby, szczególnie jeżeli śmierć była nagła;
- Uczucia odrętwienia, paniki, niedowierzenia, złości, poczucie winy, płacz lub niezdolność do płaczu, pustota, niepokój, wzburzenie, depresja, a czasem ulga;
- Niektóre osoby mogą mieć trudności ze spaniem lub jedzeniem.

Każdy w inny sposób przechodzi przez żałobę i nie ma jednego pewnego sposobu na poradzenie sobie z trudnymi chwilami. Może być trudno zaakceptować śmierć bliskiej osoby i często można mieć wrażenie, że się ją zobaczyło lub usłyszało. Wszystkie te reakcje są naturalne. Mieszane uczucia i skomplikowane emocje są zrozumiałe w tak trudnym okresie.

Dni, tygodnie i miesiące po utracie bliskiej osoby

Utrata bliskiej osoby jest zawsze trudnym okresem, lecz są kroki, które można podjąć, aby pomóc sobie poradzić ze stratą. Szukaj sposobów, które Tobie pomagają. Na przykład:

- Rozmawiaj z innym o swoich uczuciach. Nie tłum emocji.
- Dbaj o własne zdrowie. Jest to okres, w którym możesz być bardziej narażony na choroby. Odżywiaj się zdrowo, odpoczywaj

i zwracaj na siebie szczególną uwagę.

- Często rodzina, przyjaciele, przywódcy duchowni lub osoby z miejscowej społeczności są w stanie udzielić wsparcia, którego potrzebujesz. Innym pomaga rozmowa z kimś spoza ich rodziny. Lekarz rodzinny jest pomocnym punktem pierwszego kontaktu, a jeżeli wolisz – możesz skontaktować się z jedną z organizacji wymienionych na końcu tej broszury, aby uzyskać porady lub wsparcie.
- Jeżeli chorujesz, skonsultuj się z lekarzem.
- Nie spiesz się z podejmowaniem ważnych decyzji, takich jak przeprowadzka lub pozbycie się mienia bliskiej osoby, dopóki nie zaakceptujesz jej śmierci.
- Szczególne daty, takie jak urodziny i rocznice, mogą być wyjątkowo emocjonalne. Pomocne może być zdecydowanie zawczasu, jak zamierzasz je obchodzić.

Pomoc dzieciom, które straciły bliską osobę

Nigdy nie jest łatwo powiadomić dzieci o śmierci bliskiej osoby. Dorośli często odczuwają potrzebę chronienia dzieci przed faktami o śmierci. Może uważają, że dzieci nie zrozumieją lub będą zbyt wstrząśnięte. Niemniej jednak, często nie doceniamy zdolności dziecka do radzenia sobie z trudnymi sytuacjami. Dzieci częściej miewają problemy z poradzeniem sobie z czymś, gdy nie wiedzą, co się dzieje. Możliwe, że wyobrażają sobie coś gorszego niż gdyby znały prawdę.

Powiadamanie dzieci o śmierci bliskiej osoby

- Rodzic lub osoba, którą dziecko zna i której ufa, powinna powiadomić dziecko o śmierci bliskiej osoby niedługo po jej nastąpieniu, pocieszając dziecko w najbardziej stosowny sposób.

- Używanie prostych, rzeczowych słów, takich jak „nie żyje” lub „zmarł”, może pomóc zapobiec zamieszaniu w głowie dziecka. Najlepiej odpowiadać na pytania dziecka jak najszczerzej.
- Możliwe, że podczas rozmowy z dzieckiem ulegniesz emocjom, lecz płacz jest normalną reakcją i pokaże dziecku, jak wiele zmarły dla Ciebie znaczył.
- Każde dziecko reaguje inaczej na stratę bliskiej osoby; zrozumienie śmierci i pytania, które zada, mogą zależeć od jego wieku. Więcej informacji na temat tego, jak możesz pomóc dziecku w tych trudnych chwilach można znaleźć, kontaktując się z organizacjami wymienionymi na końcu tej broszury.
- Poinformowanie szkoły dziecka o śmierci bliskiej mu osoby pomoże nauczycielom wesprzeć dziecko, gdy wróci do szkoły.

Zobaczenie zmarłego i obecność na pogrzebie

Tak samo jak dorosłym, dzieciom, nawet bardzo młodym, można pomóc w podjęciu decyzji dotyczącej zobaczenia zmarłego i obecności na pogrzebie.;

- Z delikatnym przygotowaniem i jeżeli czuje się na siłach, dorosła osoba opiekująca się dzieckiem powinna towarzyszyć dziecku. Da to dziecku możliwość pożegnania się bądź umieszczenia kwiatka, listu lub zabawki w trumnie.
- Pomóc może również pozwolenie dzieciom na wzięcie udział w przygotowaniach do pogrzebu, na przykład przy wyborze fragmentów tekstów lub wierszy do przeczytania.
- Broszura pt. „Wskazówki pomagające w rozmowie i wsparciu dla dzieci po stracie bliskiej osoby („When someone close to you dies, a guide for talking with and supporting children”) jest dostępna na stronie internetowej funduszu: Information <http://www.southerntrust.hscni.net/services/2397.htm>

Część 3: Informacje i miejscowe wsparcie

Co roku w listopadzie fundusz organizuje specjalną uroczystość, aby uczcić pamięć pacjentów, którzy odeszli. Miejskowe gazety przekazują informacje o niej, lecz można również skontaktować się z koordynatorem (Bereavement Co-ordinator) lub z biurem wsparcia dla pacjentów, aby uzyskać więcej informacji o tej usłudze.

Informacje związane ze stratą bliskiej osoby są również dostępne na stronie funduszu Southern Trust w części „Nasze usługi” („Our Services”):

<http://www.southerntrust.hscni.net/2397.htm>

Usługi wsparcia funduszu Southern Trust

Usługi wsparcia dla pacjentów

Wsparcie dla pacjentów jest poufną i bezpłatną usługą dla pacjentów i członków ich rodzin

Biuro w **Craigavon**: 028 3861 2395/4285

E-mail: patientsupport.cah@southerntrust.hscni.net

Biuro w **Daisy Hill**: 028 3083 5070

E-mail: PatientSupport.DHH@southerntrust.hscni.net

Strona internetowa: <http://www.southerntrust.hscni.net/services/1580.htm>

Informacje związane ze stratą bliskiej osoby

Można skontaktować się z koordynatorem tej usługi, aby uzyskać porady na temat wsparcia związanego ze stratą bliskiej osoby w części południowej Irlandii Północnej. Informacje te można również znaleźć na stronie internetowej funduszu.

Tel.: (028) 3861 3861

E-mail: Anne.Coyle@southerntrust.hscni.net

Strona internetowa: <http://www.southerntrust.hscni.net/2397.htm>

Wsparcie praktyczne

NI Direct – Strona internetowa

Oficjalna rządowa strona internetowa, która zawiera pomocne porady dla rodzin zmagających się ze stratą bliskiej osoby, dotyczące np. organizacji pogrzebu, zgłoszenia śmierci itd.

www.nidirect.gov.uk

Biura urzędów dzielnicowych:

Armagh	The Palace Demesne, Armagh, BT60 4EL	028 37529615
Banbridge	Downshire Road, Banbridge BT32 3JY	028 40660614
Craigavon	Civic Centre, PO Box 66, Lakeview Road, Craigavon BT64 1AL	028 38312400
Dungannon	15 Circular Road, Dungannon BT71 6DT	028 87720329
Newry and Mourne	Newry Town Hall, Bank Parade, Newry BT35 6HR	028 30261512

Zabezpieczenie społeczne:

Zespół opieki społecznej ds. straty bliskiej osoby	Bezpłatny numer: 0800 085 2463
Świadczenia z tytułu zabezpieczenia społecznego	Bezpłatny numer: 0800 022 4250

Zgłoszenie zgonu

Zgłoszenie zgonu bliskiej osoby na poniższej stronie internetowej zapewni, że do zmarłej osoby nie będą wysyłane listy:

Strona internetowa: www.thebereavementregister.org.uk

Fundusz Kevin Bell Repatriation Trust

Celem funduszu jest wsparcie finansowe dla rodzin, które straciły bliską osobę za granicą w nagłych lub traumatycznych okolicznościach i chcą przetransportować zwłoki z powrotem do Irlandii Północnej.

Strona internetowa: www.kevinbellrepatriationtrust.com

Organizacje udzielające informacji i wsparcia związanych ze stratą bliskiej osoby

Poniższa lista została sporządzona jako przewodnik po opcjach wsparcia i informacji dostępnych lokalnie i regionalnie. Umieszczenie na liście niekoniecznie oznacza, że fundusz Southern Health and Social Care Trust popiera lub poleca konkretną organizację lub usługę.

Care in Crisis

Usługa poufnego doradztwa w przypadku straty bliskiej osoby, problemów związanych z ciążą (np. poronienie lub martwe urodzenie), stresu i problemów w związku lub małżeństwie.

41 Union Street, Lurgan BT66 8DY

Tel: (028) 3832 9900 Strona internetowa: www.careincrisis.org.uk

Cruse Bereavement Care

Świadczy usługi związane ze wsparciem w razie straty bliskiej osoby dla dzieci i dorosłych, bez względu na fakt, jak doszło do śmierci.

Northern Ireland Regional Office, 8 Prince Regent Road, Belfast BT5 6QR

Tel: (028) 90792419 E-mail: northern.ireland@cruse.org.uk

Strona internetowa: www.cruse.org.uk

Miejscowe biura:

Armagh/Dungannon: Merrion House, 46 The Square Moy BT71 7SG

Tel.: (028) 87784004

Newry/Mourne: 9, Enterprise House, WIN Business Park, Canal Quay,

Newry BT35 6PH Tel.: (028) 30252322

Cancer Focus NI

Świadczy usługi doradztwa dla pacjentów i członków rodziny przed stratą i po stracie bliskiej osoby.

Cancer Focus Counsellor Southern Trust, Craigavon Area Hospital,

68 Lurgan Road, Portadown BT63 5QQ Tel: (028) 38613645

40-44 Eglantine Avenue, Belfast BT9 6DX Tel: (028) 90663281

E-mail: care@cancerfocusni.org Web: www.cancerfocusni.org

Family Trauma Centre – Belfast Trust

Regionalna instytucja zapewniająca usługi specjalistycznego leczenia dla dzieci, młodych osób i rodzin, które przeszły głęboką traumę. Skierowanie do powyższej instytucji można otrzymać od lekarza rodzinnego, pielęgniarki środowiskowej, szkoły, pracownika opieki społecznej itd.

Tel.: (028) 90204700

LIFELINE 0808 808 800

Doradcy, dostępni 24 godziny na dobę 7 dni w tygodniu, mają doświadczenie w udzielaniu pomocy w problemach, takich jak depresja, niepokój itd. i udzielają pomocy i wsparcia w poufności.

Meningitis Now

Świadczy konkretne usługi dla osób, które straciły bliską osobę na skutek zapalenia opon mózgowo-rdzeniowych.

Wellington Park Business Centre, 3 Wellington Park, Malone Road, Belfast BT9 6DJ

Tel/Fax 0345 1204680 E-mail: lesleyb@meningitisnow.org

Strona internetowa: www.meningitisNow.org

Southern Area Hospice

Udziela wsparcia po stracie bliskiej osoby, która otrzymywała opiekę hospicyjną.

Courtenay Hill, Newry BT34 2EB

Tel.: (028) 30287711

Strona internetowa: www.southernareahospiceservices.org/

STEP (South Tyrone Empowerment Programme)

STEP jest instytucją wspólnotową i organizacją prowadzącą szkolenia. Udziela wsparcia migrantom, w tym porad i wskazówek poprzez spotkania twarzą w twarz z dwujęzycznymi pracownikami.

The Junction, 12 Beechvalley Way, Dungannon BT70 1BS

Tel.:(028) 87750211 E-mail: info@stepni.org

Strona internetowa: www.stepni.org

The Samaritans

Udziela poufnego wsparcia psychicznego 24 godziny na dobę. Samarytanie udzielają wsparcia każdemu, kto się czymś martwi, czuje się zdenerwowany lub skonfundowany, czy po prostu chce z kimś porozmawiać.

Craigavon: Tel: (028) 38333555 Newry: Tel: (028) 30266366

Narodowa infolinia: 116123 Strona internetowa: www.samaritans.org.uk

Wsparcie dla rodziców, którzy stracili dziecko:

Anam Cara

Organizacja wspierająca rodziców, którzy stracili dziecko. Spotkania raz na miesiąc w Armagh.

Tel.: 353 (0)1 4045378 / Northern Ireland Tel: (028) 95213120
Strona internetowa: www.anamcara.ie E-mail: info@anamcara.ie

Child Death Helpline

Bezpłatna infolinia dla wszystkich osób zmagających się ze śmiercią dziecka.

Infolinia: 0800 282986 / 0808 800 6019
Strona internetowa: www.childdeathhelpline.org.uk

Compassionate Friends NI

Wsparcie i przyjaźń po śmierci dziecka w każdym wieku

Miejscowa infolinia: (028) 87788016 Narodowa infolinia: 0345 1232304
Strona internetowa: www.tcf.org.uk

Life After Loss

Udziela wsparcia i informacji każdemu, kto zmagają się ze śmiercią niemowlęcia.

Web: www.lifeafterloss.org.uk

The Lullaby Trust

Udziela specjalistycznego wsparcia dla rodzin, które straciły dziecko i każdego zmagającego się z nagłą śmiercią niemowlęcia.

Infolinia: 0808 8026868 E-mail: support@lullabytrust.org.uk
Strona internetowa: www.lullabytrust.org.uk

Miscarriage Association

Wsparcie i informacje dla każdej osoby zmagającej się z utratą ciąży.

17 Wentworth Terrace, Wakefield WF1 3QW Tel: 01924200799
E-mail: info@miscarriageassociation.org.uk
Strona internetowa: www.miscarriageassociation.org.uk

SANDS (Stillbirth and Neonatal Death Charity)

Udziela wsparcia każdemu zmagającemu się ze śmiercią niemowlęcia oraz promuje badania, aby zmniejszyć ryzyko śmierci niemowląt. Spotkania grup wsparcia mają miejsce w całej Irlandii Północnej.

Biuro regionalne: Magharee House, 82 Thomas Street, Portadown BT62 3NU
Tel.: (028) 38392509 Infolinia w Irlandii Północnej: 07740993450
Strona internetowa: www.sandsni.org

Wsparcie dla dzieci:

Barnardos Child Bereavement Support Service

Udziela porad i wsparcia dla dorosłych dzieci, młodych osób, ich rodzin i opiekunów, którzy stracili bliską osobę.

Infolinia: (028) 90668333
Strona internetowa: www.barnardos.org.uk/childbereavementservice

Barnardos Nova

Nova jest częścią organizacji Barnardos w Irlandii Północnej, która udziela terapeutycznego wsparcia dla dzieci i rodzin zmagających się z psychiczną traumą.

Tel.: (028) 40628758 E-mail: ni.nova@barnardos.org.uk
Strona internetowa: www.barnardos.org.uk/nova

Childhood Bereavement UK

Wspiera rodziny i kształci specjalistów, w przypadku gdy dziecko umiera lub gdy dziecko straciło bliską osobę.

Infolinia: 0800 02 888 40
Strona internetowa: www.childhoodbereavementnetwork.org.uk

Winston's Wish

Organizacja charytatywna dla osób, które straciły bliską osobę, udzielająca wsparcia praktycznego i wskazówek dla dzieci, ich rodzin i specjalistów.

Infolinia 0845 2030405 Email: info@winstonswish.org.uk
Strona internetowa: www.winstonswish.org.uk

Wsparcie dla osób będących w żałobie wskutek samobójstwa:

The Niamh Louise Foundation

Udziela wzajemnego wsparcia dla osób, które straciły bliską osobę poprzez samobójstwo.

32 Coalisland Road, Killybrackey, Dungannon, Co. Tyrone BT71 6LA

Tel.: (028) 8775 3327 E-mail: info@niahmlouisefoundation.com

Strona internetowa: www.niamhlouisefoundation.com

PIPS Newry and Mourne

Świadczy szeroką gamę usług związanych z zapobieganiem samobójstwom i radzeniem sobie ze stratą bliskiej osoby w wyniku samobójstwa na terenie działalności funduszu Southern Trust.

30 Kilmorey Street, Newry BT34 2DE

Tel.: (028) 30266195 E-mail: info@pipsnewryandmourne.org

Strona internetowa: www.pipsnewryandmourne.org

Wsparcie dla osób z trudnościami w nauce lub z demencją:

Alzheimer's Society

Podejmuje działania celem poprawy jakości życia osób dotkniętych przez demencję.

Unit 4, Balmoral Business Park, Boucher Crescent, Belfast BT12 6HU

Tel.: (028) 90664100 E-mail: nir@alzheimers.org.uk

Strona internetowa: www.alzheimers.org.uk

Mencap

Wspiera osoby z trudnościami w nauce i ich rodziny w Irlandii Północnej.

Strona internetowa: www.mencap.org.uk

Mencap Northern Ireland: Tel.: (028) 90691351

Infolinia dla osób z trudnościami w nauce w Irlandii Północnej: 0808 808 1111

Macmillan "Easy Read" Resources

Łatwo dostępne informacje napisane prostym językiem i zawierające obrazki na temat śmierci i straty bliskiej osoby.

Strona internetowa: <http://www.macmillan.org.uk/information-and-support/resources-and-publications/other-formats/easy-read.html>

Kontakt

Z zadowoleniem przyjmujemy uwagi, sugestie, komplementy lub skargi i skorzystamy z nich w celu poprawy naszych usług. Aby podzielić się swoją opinią, należy skontaktować się z:

Corporate Complaints Officer (urzędnik ds. rozpatrywania skarg)

Southern Health and Social Care Trust
Trust Headquarters
Craigavon Area Hospital
68 Lurgan Road
Portadown
BT63 5QQ

Tel.: 028 38614150

E-mail: complaints@southerntrust.hscni.net

Podziel się opinią!

Fundusz dąży do angażowania użytkowników usług, opiekunów i innych zainteresowanych w planowanie, rozwój i ocenę udzielanych usług. Czasami fundusz będzie miał okazję skonsultować się z Tobą. Zgłoś swoje zainteresowanie współpracą z zespołem ds. osobistego i publicznego zaangażowania (Personal and Public Involvement Team) pod numerem: 028 37412523 lub 02837412519

NOTATKI

Opublikowano w grudniu 2007 r.
Zmodyfikowano do tłumaczenia w lipcu 2008 r.
Zaktualizowano w styczniu 2011 r.
Zaktualizowano w lutym 2013 r.
Zaktualizowano w sierpniu 2016 r.