

Somerset

Planuj z wyprzedzeniem



Przygotowania do opieki medycznej
i socjalnej w przyszłości



St Margaret's
Hospice Care

Somerset

Planuj z wyprzedzeniem

Ta broszura ma na celu wyjaśnienie różnych rodzajów planów, które można stworzyć, aby udokumentować życzenia dotyczące przyszłej opieki zdrowotnej i socjalnej. Poprowadzi Cię ona przez instytucje, które mogą pomóc w podejmowaniu i dokumentowaniu decyzji, dopóki posiadasz zdolność do czynności prawnych.

Planowanie przyszłej opieki zdrowotnej i socjalnej.

Czy w przypadku nagłej choroby, urazu lub zagrożenia życia bliskie Ci osoby znatyby Twoje życzenia? Planowanie z wyprzedzeniem pozwala zadbać, aby inni wiedzieli, czego chcesz, i zwiększyć prawdopodobieństwo, że Twoje życzenia zostaną zrozumiane i uszanowane.

Planować z wyprzedzeniem można w dowolnym momencie, nie tylko w obliczu choroby zagrażającej życiu lub po jej zdiagnozowaniu. Wcześniejsze sporządzenie planów może pomóc w nagłych i nieoczekiwanych sytuacjach.

Plany można aktualizować w miarę zmiany okoliczności.

Dlaczego warto planować z wyprzedzeniem?

Planowanie z wyprzedzeniem pozwala określić, co jest dla Ciebie ważne, jakie są Twoje osobiste wartości, cele życiowe i preferencje dotyczące opieki medycznej i społecznej. Chodzi również o Twoją tożsamość - o to, co sprawia, że jesteś tym, kim jesteś. Wiele osób czuje się spokojniej, gdy wiedzą, że ich priorytety zostaną wzięte pod uwagę, jeśli nie będą w stanie podejmować decyzji lub komunikować swoich życzeń.

Zapisanie tych preferencji może pomóc rodzinie, przyjaciołom oraz pracownikom opieki zdrowotnej lub społecznej, którzy mogą Cię wspierać w przyszłości. Może to stanowić dla Twoich bliskich, przyjaciół i rodziny źródło informacji na temat tego, jak wyobrażasz sobie opiekę i uniknąć sytuacji, w której martwiliby się, że podejmą w Twoim imieniu decyzje, których sobie nie życzysz. Może to również pomóc uniknąć potencjalnych nieporozumień, ponieważ odpowiednie osoby będą znać Twoje preferencje.

„Moja mama miała 53 lata,
kiedy zachorowała na
zapalenie opon mózgowych.
Spędziła wtedy pięć dni na
oddziale intensywnej opieki
w szpitalu Musgrove Park.
Jak tylko wróciła do domu,
załatwiła pełnomocnictwo.
- nigdy nie jest na to za
wczesnie”.

Czym jest SIDeR+ i jak może mi pomóc w planowaniu przyszłości?

SIDeR+ to skrót od Somerset Integrated Digital e-Record. To współdzielony system dokumentacji, który zapewnia wgląd w informacje o opiece zdrowotnej i społecznej z jednego miejsca. Te połączone informacje nie są nigdzie przechowywane i są dostępne tylko do odczytu.

Dzięki SIDeR+ odpowiednie informacje są dostępne dla odpowiednich osób w odpowiednim czasie, umożliwiając pracownikom opieki zdrowotnej i społecznej w Somerset sprawdzanie najbardziej aktualnych informacji o Tobie w celu świadczenia bezpośredniej opieki. Niektóre informacje, w tym plany przyszłej opieki medycznej można wyświetlić w aplikacji pacjenta NHS (porozmawiaj ze swoim lekarzem rodzinnym, aby z niej skorzystać).

W systemie SIDeR+ mogą zostać zapisane: Opracowane z Wyprzedzeniem Oświadczenie Woli (Advance Statement of Wishes), Plan Progresji Leczenia w Somerset (Somerset Treatment Escalation Plan) oraz Podjęta z Wyprzedzeniem Decyzja o Odmowie Leczenia (Advance Decision to Refuse Treatment).

Oznacza to, że jeśli nie będziesz w stanie wyrazić swoich życzeń, zespoły opieki zdrowotnej będą mogły sprawdzić, czy masz jakieś sporządzone wcześniej plany, uwzględniając Twoje życzenia. Aby dowiedzieć się więcej o SIDeR+, zeskanuj kod QR lub wejdź na stronę:

<https://nhssomerset.nhs.uk/about-us/digital-projects/sider/>



**„Mam zaplanowaną przyszłość nie dlatego,
że umieram, ale dlatego, że mam rodzinę”.**

Co mogę zrobić, żeby się przygotować?

Zanim zaczniesz planować, warto zastanowić się nad tym, co chcesz, aby inni wiedzieli i co jest dla Ciebie ważne. Wyrażone życzenia są Twoją osobistą sprawą i mogą dotyczyć wszystkiego, co jest związane z przyszłą opieką nad Tobą. Oto kilka przykładów...

- Co mnie niepokoi?
- Co mnie uspokaja?
- Co daje mi siłę?
- Jeśli nie będę w stanie podejmować własnych decyzji, z kim należy konsultować się w moim imieniu (imię i nazwisko osoby lub osób)?
- Gdzie chciał(a)bym, aby się mną opiekowano, jeśli nie będzie to możliwe w moim domu?
- Gdzie chciał(a)bym, aby się mną zajmowano i z kim chciał(a)bym być u schyłku mojego życia?
- Czy zaplanowałem/am i poinformowałem/am bliskich o kwestiach dotyczących pogrzebu?
- Czego unikać: (np. nie zostawiać włączonego telewizora przez cały czas)
- O co zadbać: (np. chcę mieć telefon w pobliżu)
- Jakie decyzje dotyczące resuscytacji zostały podjęte?

Co sprawia mi przyjemność i nadaje sens mojemu życiu?

Lubię
Nie lubię

.....
jest dla mnie ważne

Kto będzie płacić rachunki?

Co się stanie z osobą, którą się opiekuję, jeśli zachoruję?

Kto zaopiekuje się moimi zwierzętami, jeśli trafię do szpitala?

Jak moje przekonania duchowe, kulturowe i religijne zostaną uwzględnione podczas opieki nade mną?

Jakie są moje preferencje dotyczące opieki i leczenia?

Jakie rodzaje planów są dostępne?

Plan Progresji Leczenia w Somerset (Somerset Treatment Escalation Plan, STEP/TEP)?

Formularz Planu Progresji Leczenia w Somerset (STEP/TEP) to jeden z rodzajów zdrowotnych opracowywanych z wyprzedzeniem planów opieki medycznej. Jest to dokument, w którym zapisuje się wyniki rozmów przeprowadzonych z personelem medycznym na temat:

- leczenia, które może być dla Ciebie odpowiednie w przypadku poważnej choroby,
- tego, czy przyjęcie do szpitala byłoby dla Ciebie korzystne,
- oraz tego, czy resuscytacja krążeniowo-oddechowa (RKO) byłaby odpowiednim rozwiązaniem dla Ciebie w przypadku zatrzymania krążenia i oddychania.

Formularz STEP zostanie wypełniony razem z Tobą, jeśli masz określone problemy zdrowotne lub jeśli zaleci to Twój lekarz rodzinny albo inny pracownik opieki zdrowotnej. Dokument STEP to źródło informacji dla osób opiekujących się Tobą, zawierające Twoje preferencje dotyczące opieki i leczenia na wypadek, gdyby nie można ich było uzyskać od Ciebie z powodu Twojej choroby. Plan STEP jest z Tobą omawiany i powinien być przechowywany razem z Twoją dokumentacją medyczną.

Jeśli z powodu choroby nie możesz uczestniczyć w podejmowaniu decyzji wymaganych do ukończenia formularza STEP, może on zostać wypełniony w Twoim najlepszym interesie. Dlatego tak ważne jest, aby odbyć i zapisać rozmowy dotyczące planowania opieki medycznej na przyszłość, zanim zachorujesz.

Formularz STEP nie jest prawnie wiążący, jednak pracownicy opieki zdrowotnej lub socjalnej powinni mieć ważne powody, jeśli nie stosują się do zaleceń zawartych w tym formularzu.

Jeśli nie chcesz, aby poddawano Cię resuscytacji, nie ma to wpływu na otrzymywanie innych zabiegów zapewniających komfort i godność. Będą one nadal oferowane w stosownych przypadkach.

Formularz STEP jest sporządzany i zapisywany na platformie SDeR+, a Ty otrzymasz wydrukowaną kopię.

Opracowane z wyprzedzeniem oświadczenie woli

Jest to niewiążący prawnie dokument, który określa Twoje życzenia co do tego, co miałyby się wydarzyć, gdybyś nie był/a w stanie się komunikować. Możesz w nim przeanalizować i zapisać wszelkie życzenia lub preferencje dotyczące tego, co jest dla Ciebie ważne i przyszłej opieki nad Tobą. Poniżej dołączono oświadczenie woli, które możesz wyciągnąć i wypełnić. Wypełniony formularz możesz wysłać do nas, a my załadujemy go do systemu SDeR+. Dzięki temu pracownicy opieki zdrowotnej i społecznej będą mogli zapoznać się z Twoimi życzeniami, jeśli w przyszłości nie będziesz w stanie się komunikować.

Jeśli wolisz wypełnić ten formularz w wersji elektronicznej, możesz do niego przejść, skanując kod QR lub wchodząc na stronę somerset.eolcare.uk i wyszukując:



Opracowane z Wyprzedzeniem Oświadczenie Woli w Somerset.

Wypełnione Opracowane z Wyprzedzeniem Oświadczenie Woli jest udostępniane wyłącznie za Twoją zgodą i tylko tym osobom, które go potrzebują. Może to być Twój lekarz rodzinny, personel szpitala w razie hospitalizacji lub zespoły świadczące opiekę, jeśli będziesz ich potrzebować.

Opracowane z wyprzedzeniem oświadczenie woli - Wypełnić długopisem

Imię i nazwisko:		Adres:
Data urodzenia: /.....	Numer telefonu:	

Niniejsze Oświadczenie Woli jest pisemnym oświadczeniem, w którym określasz swoje preferencje, życzenia, przekonania i wartości w kontekście potencjalnej przyszłej opieki nad Tobą. Dzięki niemu możesz mieć wpływ na to, jak będzie wyglądać Twoja przyszłość.

Został on opracowany tak, aby można go było udostępnić dowolnej osobie uczestniczącej w opiece nad Tobą i aby dać osobom z Twojego otoczenia (rodzinie, przyjaciołom i zespołowi opieki zdrowotnej lub społecznej) wgląd w to, jak opieka nad Tobą powinna wyglądać, gdy nie będziesz w stanie im o tym powiedzieć. w Somerset możesz poprosić o zapisanie tego dokumentu we współdzielonej elektronicznej dokumentacji medycznej SiDeR+.

Twoje oświadczenie woli nie jest prawnie wiążące. Oznacza to, że pracownik opieki zdrowotnej lub społecznej nie musi postępować zgodnie z zawartymi w nim instrukcjami. Jednak to, co napiszesz w oświadczeniu woli, jest nadal ważne. Musi ono zostać uwzględnione podczas podejmowania decyzji w Twoim najlepszym interesie, jeśli stracisz zdolność do podejmowania decyzji lub ich komunikowania. Oświadczenie to może zostać wykorzystane, jeśli w przyszłości zachorujesz lub będziesz potrzebować leczenia bądź opieki.

Poniższe sekcje zawierają sugestie do przemyślenia. Nie musisz wypełniać każdej z nich.

Po wypełnieniu odeślij je do nas na adres: Do wiadomości: Advance Statement, Palliative Care Office, Musgrove Park Hospital, Parkfield Drive, Taunton, TA1 5DA lub wyślij załącznik e-mailem na adres: advancecareplanning@somersetft.nhs.uk

Moja historia społeczna

Na przykład opowiedz nam o swoim pochodzeniu i historii zatrudnienia.

Co jest dla mnie ważne i kim jestem. Co jest ważne w moim życiu:

Na przykład, co lubisz robić? Spędzać czas z rodziną lub przyjaciółmi. Jakiej muzyki lubisz słuchać lub jakie książki / jakich autorów lubisz czytać. Jakie masz hobby i zainteresowania? Gdzie, jak często i z kim lubisz robić te rzeczy? Czy masz jakieś zwierzęta, którymi trzeba się opiekować? Kto zaopiekuje się Twoimi zwierzętami, jeśli zachorujesz?

Co sprawi, że poczujesz się spokojnie i komfortowo podczas opieki nad Tobą?

Co lubisz, a czego nie? Określone czynności lub muzyka? Czy boisz się czegoś, na przykład zwierząt, igieł, hałasu, jasnego światła lub zbyt długiego przebywania w samotności? Jakies uwagi dotyczące zmysłów? Jakies uwagi dotyczące religii?

Moja opieka - ważne informacje, które należy znać podczas opieki nade mną:

Na przykład, czy masz porządek dnia, którego lubisz się trzymać? Na przykład o której godzinie wstajesz i kładziesz się spać. Wolisz kąpiel czy prysznic? Jakie są Twoje preferencje dotyczące opieki? Co jesteś w stanie obecnie robić samodzielnie? w jakiej kwestii chcesz uzyskać pomoc? Jeśli na dowolnym etapie będziesz potrzebować opieki, czy masz preferencje co do płci opiekunów?

Co jest ważne dla mojej tożsamości:

Na przykład, jak lubisz, żeby się do Ciebie zwracano, jakie ubrania lubisz nosić, czy wyznajesz jakąś religię, czy masz jakieś przekonania lub tradycje kulturowe? Czy jesteś członkiem jakichś grup społecznych? Jak ważna jest dla Ciebie niezależność, prywatność i godność?

Ważni ludzie w moim życiu to:

Zgadzam się, aby w rozmowach na temat mojej opieki uczestniczyły następujące osoby:

Imię i nazwisko:	Relacje lub pokrewieństwo:	Numer telefonu / adres:

Osoby, których **nie chcę** angażować w rozmowy na temat mojej opieki:

--

Osoby, które posiadają trwałe pełnomocnictwo do podejmowania decyzji dotyczących mojego zdrowia i dobra:

Imię i nazwisko:	Relacje lub pokrewieństwo:	Numer telefonu / adres:

Osoby, które posiadają trwałe pełnomocnictwo do podejmowania decyzji dotyczących moich finansów i majątku:

Imię i nazwisko:	Relacje lub pokrewieństwo:	Numer telefonu / adres:

Moje potrzeby i preferencje żywieniowe:

Na przykład, co należy wiedzieć o Twoich nawykach żywieniowych, czy stosujesz dietę wegetariańską/wegańską? Czy masz jakieś alergie? Czy Twoja religia/wiara zabrania Ci spożywania określonych pokarmów? Co lubisz jeść, a czego nie?

Miejsce, w którym chcesz, aby opiekowano się Tobą u schyłku życia?

Choć nie możemy obiecać, że miejsce, w którym chcesz, aby opiekowano się Tobą u schyłku życia, zostanie Ci zapewnione, warto wyrazić swoje życzenia, aby zwiększyć prawdopodobieństwo, że tak się stanie.

Czy wolisz trafić do hospicjum, konkretnego szpitala, czy zostać we własnym domu. Kto powinien być z Tobą? Czy jest jakiś konkretny utwór muzyczny, który chcesz usłyszeć, czy chcesz mieć wokół siebie specjalne przedmioty, czy może wolisz ciszę i spokój?

Dodatkowe kwestie do rozważenia:

Czy masz testament?

Czy Twoi bliscy wiedzą, gdzie Twój testament jest przechowywany?

Testament jest przechowywany tutaj:

Czy zaplanowałeś/aś swój pogrzeb lub udokumentowałeś/aś swoje preferencje pogrzebowe?

Czy poinformowałeś/aś najbliższych krewnych, w której firmie masz wykupiony plan pogrzebowy?

Mam plan pogrzebowy w firmie:

Czy udokumentowałeś/aś swoje preferencje dotyczące dawstwa narządów i czy rozmawiałeś/aś z rodziną o swoich życzeniach?

Czy sporządziłeś/aś Podjętą z Wypowiedzeniem Decyzję o Odmowie Leczenia (ADRT / testament życia)?

Jeśli tak, upewnij się, że kopie zostały przekazane Twojemu lekarzowi rodzinnemu, każdej osobie z trwałym pełnomocnictwem i poproś o zapisanie ich w systemie SDeR+

Czy zaplanowałeś/aś, kto zaopiekuje się Twoimi zwierzętami, jeśli Ty nie będziesz w stanie?

Moje zwierzęta trafią do / zaopiekuje się nimi (podaj dane kontaktowe)...

Czy sporządziłeś/aś plan dotyczący zasobów cyfrowych?

Wyrażam zgodę na udostępnienie tego dokumentu w systemach Somerset SDeR+ i aplikacjach NHS (podpisać tutaj).

Data: / /

Jak wyznaczyć osobę do podejmowania decyzji w moim imieniu w przyszłości?

Warto wyznaczyć prawnie jedną lub więcej osób do podejmowania decyzji w Twoim imieniu, jeśli nie będziesz już w stanie tego robić; nazywa się to trwałym pełnomocnictwem (LPA). Może to być bliski członek rodziny, przyjaciel lub inna wybrana przez Ciebie osoba. Będzie to Twój pełnomocnik (lub pełnomocnicy). Daje Ci to większą kontrolę nad tym, co się z Tobą stanie, jeśli ulegniesz wypadkowi lub zachorujesz i nie będziesz w stanie podejmować samodzielnie decyzji. Istnieją dwa rodzaje trwałego pełnomocnictwa (LPA).

Trwałe pełnomocnictwo dotyczące majątku i spraw finansowych

Taki pełnomocnik ma prawo do podejmowania za Ciebie decyzji dotyczących pieniędzy i majątku, na przykład:

- zarządzania kontem w banku lub kasie oszczędnościowo-budowlanej, albo płacenia rachunków. Pełnomocnictwo to wchodzi w życie, za Twoją zgodą, od razu po zarejestrowaniu.

Trwałe pełnomocnictwo dotyczące zdrowia i dobrostanu

Ten pełnomocnik będzie miał prawo do podejmowania decyzji dotyczących następujących kwestii:

- Twój codzienny porządek dnia, na przykład mycie, ubieranie się, jedzenie, lub opieka medyczna i społeczna. To pełnomocnictwo może być stosowane tylko wtedy, gdy nie jesteś w stanie podejmować samodzielnych decyzji.

Możesz złożyć wniosek online, wydrukować formularze ze strony www.gov.uk i wyszukać „Power of Attorney” (pełnomocnictwo) lub poprosić o przesłanie formularzy, dzwoniąc na numer kontaktowy OPG. Obecnie opłata za każde z nich wynosi 92 funty*, jeśli wypełniasz formularz samodzielnie lub z pomocą przyjaciela lub członka rodziny (*stan na listopad 2025 r.).

Możesz również znaleźć informacje o tym, czy przysługuje Ci zwolnienie lub obniżenie opłat.

Możesz skonsultować się z prawnikiem, aby pomógł Ci wypełnić wniosek, chociaż trzeba za to zapłacić dodatkowo.

Wniosek musi zostać zarejestrowany w Urzędzie Kuratora Publicznego (Office of the Public Guardian, OPG), aby był ważny.

W razie potrzeby skontaktuj się z Urzędem Kuratora Publicznego:

customerservices@publicguardian.gov.uk Telefon:

0300 456 0300

Relay UK (jeśli nie słyszysz lub nie jesteś w stanie mówić przez

telefon): 18001, a następnie 0300 123 1300

Poniedziałek, wtorek, czwartek,
piątek, od 9:00 do 17:00.
Środa, od 10:00 do 17:00

Office of the Public Guardian
PO Box 16185
Birmingham



Zeskanuj, aby wejść na stronę gov.uk

Czym jest Podjęta z Wyprzedzeniem Decyzja o Odmowie Leczenia?

Jeśli jesteś głęboko przekonany/a, że są pewne procedury medyczne, którym nie chcesz być poddawany/a w przyszłości, możesz sformalizować swoje życzenia w Podejmowanej z Wyprzedzeniem Decyzji o Odmowie Leczenia (ADRT), znanej również jako „living will” lub „advance directive”.

Jeśli w przyszłości stracisz zdolność umysłową lub zdolność do komunikowania swoich decyzji, zespół opieki zdrowotnej znajdzie w ADRT informacje na temat procedur, którym nie chcesz być poddawany/a. Jeśli nadal jesteś w stanie podejmować decyzje dotyczące leczenia, Twoje ADRT nie będzie brane pod uwagę.

Warto sporządzić Podjętą z Wyprzedzeniem Decyzję o Odmowie Leczenia, jeśli są sytuacje, których chcesz uniknąć, lub procedury, którym nie chcesz być poddawany/a. Jeśli spełnia określone kryteria i jest ważna, jest prawnie wiążąca. Oznacza to, że lekarze i pracownicy opieki zdrowotnej powinni jej przestrzegać.

Jeśli wypełnisz ADRT, upewnij się, że zostało to omówione, a kopie zostały udostępnione rodzinie, lekarzowi rodzinnemu, pracownikom opieki zdrowotnej oraz każdej osobie, której udzieliłeś/aś pełnomocnictwa do podejmowania decyzji dotyczących Twojego zdrowia i dobrostanu. Kopia może zostać przesłana do SiDeR+ przez lekarza rodzinnego lub pracownika opieki zdrowotnej. Kopie ADRT do wydrukowania lub wypełnienia online można znaleźć na przykład na stronie internetowej Compassion in Dying:

www.compassionindying.org.uk. Jeśli potrzebujesz pomocy w wypełnieniu formularza, możesz zadzwonić pod numer 0800 999 2434 lub wysłać wiadomość na adres info@compassionindying.org.uk.

Do podjęcia z wyprzedzeniem decyzji o odmowie leczenia **nie jest potrzebny adwokat**.

Zeskanuj w celu
odwiedzenia
strony
internetowej
Compassion in
Dying



Zeskanuj, aby dowiedzieć
się więcej o planie
progresji leczenia
w Somerset



Jakie są inne sposoby planowania przyszłości?

Spisanie testamentu

Testament pozwala zdecydować, co stanie się z Twoimi pieniędzmi, majątkiem i dobytkiem po śmierci.

Testament można sporządzić samodzielnie, ale w razie trudności, warto zasięgnąć porady specjalisty. Aby testament był prawnie wiążący, musi zostać formalnie poświadczony i podpisany.

Niektóre testamenty można zlecić prawnikowi z zastrzeżeniem przekazania darowizny lub zapisu w testamencie na rzecz organizacji charytatywnej - więcej informacji można uzyskać za pośrednictwem wyznaczonej organizacji charytatywnej.

Organizacja pogrzebu

Podziel się swoimi życzeniami na piśmie z bliskimi. Rozważ zwrócenie się do zakładu pogrzebowego w celu uzyskania porady dotyczącej pogrzebu. Nie musisz wydawać dużych kwot, aby mieć wyjątkowy pogrzeb. Warto zastanowić się, jak opłacić pogrzeb i jakie opcje są dostępne.

Rozważ przygotowanie planu pogrzebowego na pokrycie kosztów. Warto wcześniej zasięgnąć porady w zakładzie pogrzebowym, ponieważ nie wszystkie plany są takie same. Możesz udokumentować swoje preferencje dotyczące muzyki, czytań lub modlitw oraz tego, kto ma je przeczytać. Może to pomóc Twoim przyjaciołom i rodzinie w trudnym czasie.

Dawstwo narządów, tkanek i rogówki

Warto zadbać o przekazanie swoich życzeń dotyczących dawstwa narządów i tkanek po śmierci. W tej kwestii obowiązują ścisłe zasady, a Twoja wiara i przekonania zawsze są uwzględniane. Możesz zrezygnować z dawstwa, dokumentując swoją decyzję w Rejestrze Dawców Narządów (Organ Donation Register). Musisz upewnić się, że Twoja rodzina jest świadoma Twoich poglądów, ponieważ może unieważnić Twoją decyzję, jeśli nie zna Twoich preferencji. Aby uzyskać więcej informacji, zeskanuj kod, przejdź na stronę www.organdonation.nhs.uk lub zadzwoń pod numer 0300 123 23 23.



Zostaw coś po sobie

Opowiedz historię swojego życia w dowolny sposób. Możesz dokonać tego przez stworzenie pudełka wspomnień, opracowanie rodzinnej książki kucharskiej, złożenie albumu ze zdjęciami, napisanie listów bądź nagranie wiadomości wideo lub audio. Zrób to w wyjątkowy i kreatywny sposób!

Chroń swoje cyfrowe dziedzictwo

Wszelkie informacje w formie cyfrowej; konta w mediach społecznościowych, konta online, zdjęcia, filmy, profile w grach, kryptowaluty, zakupione media i muzyka, własna strona internetowa lub blog - to Twoje zasoby cyfrowe.

Po Twojej śmierci stają się one cyfrowym dziedzictwem. Pomyśl o sporządzeniu spisu swoich zasobów cyfrowych i urządzeń, wraz z instrukcjami, co ma się z nimi stać po Twojej śmierci. Upewnij się, że Twoje hasła są bezpiecznie przechowywane, a osoba zarządzająca Twoim cyfrowym dziedzictwem, Twój „cyfrowy wykonawca testamentu”, wie, gdzie są Twoje dane logowania.

Więcej informacji znajdziesz w sekcji „For the public” (dla członków społeczeństwa) na stronie Digital Legacy:
<https://digitallegacyassociation.org/>



Aby dowiedzieć się więcej o planowaniu przyszłości, odwiedź sekcję „For the public” na stronie internetowej Somerset poświęconej opiece u schyłku życia i wsparciu w żałobie

somerset.eolcare.uk

Dane kontaktowe

Jeśli potrzebujesz pomocy w związku z treścią tej broszury, skontaktuj się z nami pod numerem 01823 343100.
EOLCEducation@somersetft.nhs.uk

St Margarets Hospice Care

Więcej informacji na temat St Margaret's Hospice Care można znaleźć na stronie:

www.st-margarets-hospice.org.uk 01823
333822 or 01935 709480



Październik

Autor:
Somerset NHS Foundation Trust, End of Life Care Education
Team St Margaret's Hospice Care