

NÅR NOGEN DØR

EN HÅNDBOG TIL FORBEREDELSE **INDEN**
OG EN HJÆLP TIL DE EFTERLADTE **EFTER** ET DØDSFALD



Brancheforeningen
Danske
Bedemænd

HVEM ER DANSKE BEDEMÆND?

Danske Bedemænd er brancheforening for uddannede bedemænd i Danmark. Foreningen blev stiftet i 1957 og har i dag godt 250 medlemsforretninger fordelt over hele Danmark. Medlemmerne er underlagt foreningens faglige kvalitetskrav og etiske regler og er desuden omfattet af brancheforeningens garantiordning på 100.000 kr.

Vi arbejder konstant for at vores medlemmer har en høj etik og leverer en sikker ydelse, da en begravelse eller bisættelse ikke kan gøres om.

Alle medlemmer af brancheforeningen gennemgår en kvalificerende grunduddannelse, fulgt op med efteruddannelseskurser og løbende opdatering på samfundets regler og normer samt den generelle udvikling indenfor især begravelsesbranchen.

Vores logo er garanti for en kyndig, seriøs hjælp og vejledning både for dig, der selv vil være med til at bestemme dit farvel og for dig, der er pårørende.

Benyt gerne en brancheautoriseret bedemand. Det er en kvalitetsordning, hvor der stilles flere krav om høj faglig og saglig service.

Uddannede, brancheautoriserede og ISO9001-certificerede bedemænd kan findes via foreningens hjemmeside eller man kan kontakte foreningens sekretariat.

Vi hjælper gerne med at besvare spørgsmål i forbindelse med dødsfald og om bedemandens arbejde generelt.

Fotografisk, mekanisk, digital eller anden form for gengivelse af denne pjece eller dele heraf er ulovlig uden indhentet tilladelse fra Brancheforeningen Danske Bedemænd ifølge gældende dansk lov om ophavsret.

Sats: Danske Bedemænd

Tryk: Specialtrykkeriet Arco

45. udgave, januar 2026

ISBN NR. 978-87-90217-02-0

AFSLUTNINGEN PÅ LIVET

I Danmark er der godt 60.000 dødsfald om året. Hvert dødsfald er unikt og skal varetages ud fra det, der kendetegnede afdøde og med et hensyn til de pårørendes ønsker til et værdigt farvel.

Døden er en naturlig del af livet og når nogen dør, kan det være en overvældende tid for de pårørende. Det kan være svært at overskue de mange praktiske opgaver og lovkrav samt beslutninger, der skal træffes forholdsvis hurtigt.

Dette informationshæfte er skrevet for at hjælpe de efterladte til at komme lettest muligt gennem de praktiske gøremål og til at give plads til det, der er vigtigst: At kunne tage en ordentlig afsked med den afdøde.

Hæftet kan desuden være en hjælp for dem, der ønsker at forberede sig bedst muligt, inden livet slutter.

Med venlig hilsen



Engelsborgvej 52, 2800 Kgs. Lyngby

Tlf. 4593 1411

kontakt@bedemand.dk

www.bedemand.dk

INDHOLD

Tag stilling i tide

Min sidste vilje	6
Elysium Begravelsesopsparing	7

Dødsfaldet

Når et menneske dør	10
Dødsriterier	11
Donation af organer og legeme	12
Obduktion	13

Inden begravelsen

Ritualer og traditioner	15
Bedemandens rolle	16
Forberedelser til afskeden	17
Transport af afdøde til eller fra Danmark	18
Når et barn dør	20

Begravelsen

Ikke-religiøse ceremonier	23
I religiøse rammer	24
Kirkegårde	26
Gravsteder	26
Mindesamvær	27

Økonomi

Afdødes økonomi	28
Efterladtes økonomi	29
Kommunal begravelse	31
Skatteforhold	33
Arbejdsmarkedets Tillægspension (ATP)	33
Forsikringer	35
Elysium Begravelsesopsparing	37

Arv

Testamente	39
Skifterettens opgaver ved dødsfald – bobehandling	41
De seks forskellige skifteformer	43
Boafgiften	46
Hæfte for afdødes gæld samt proklama	46
Digital arv	47

Sorg og omsorg

Sorgstøtte	50
Tilskud til psykologhjælp	51

Nyttige kontakter	52
-------------------------	----

Stikordsregister	56
------------------------	----



TAG STILLING I TIDE

MIN SIDSTE VILJE

Når et menneske dør, bør man så vidt muligt følge afdødes ønske til afskeden. Hvis afdøde ikke har afgivet et skriftligt ønske, må de pårørende træffe beslutningen.

Man kan udtrykke sine ønsker for sin afsked i *Min sidste vilje*. Det er en tilkendegivelse enten digitalt eller i papirform for, hvad der skal ske efter ens død.

Det anbefales at gå på www.minsidstevilje.nu og bruge den digitale *Min sidste vilje*, så man kan være sikker på, at ens ønsker opbevares trygt over tid og er tilgængelig for pårørende og bedemanden, når dødsfaldet sker.

På den måde kan de pårørende arrangere begravelsen eller bisættelsen med respekt for ens ønsker. Alle vigtige papirer som f.eks. testamente kan også opbevares elektronisk på *Min sidste vilje*.

Min sidste vilje passer godt på ens data. Der benyttes MitID-login, der gør, at man selv kan oprette og til enhver tid ændre i *Min sidste vilje*, så den altid svarer til ens ønsker.

Man kan også kontakte sin lokale bedemand eller Brancheforeningen Danske Bedemænd for at høre mere om mulighederne.

Med *Min sidste vilje* på www.minsidstevilje.nu kan man sikre, at:

- pårørende får ens ønsker at vide, når tid er og kan arrangere det sidste farvel i respekt for ens ønsker
- man altid kan ændre sine ønsker – når som helst
- man kan give tilladelse til at både ens pårørende og bedemanden får adgang før eller efter dødsfaldet
- vigtige optegnelser eller oplysninger bliver fundet.

Min
digitale
sidste vilje



ELYSIUM BEGRAVELSESOPSPARING

Vil man være sikker på at der er penge til ens afsked?

Ved et dødsfald kan der gå en del tid inden begravelsesudgifterne kan dækkes af boet, og man kan derfor som pårørende risikere at skulle stå med en pludselig uventet regning.

Man kan derfor oprette en opsparing, hvor beløbet matcher ens ønsker, så de pårørende ikke står med økonomiske udfordringer midt i sorgens stund. Med en opsparing i Elysium Begravelsesopsparing er pengene til rådighed i det øjeblik, afskeden har fundet sted.

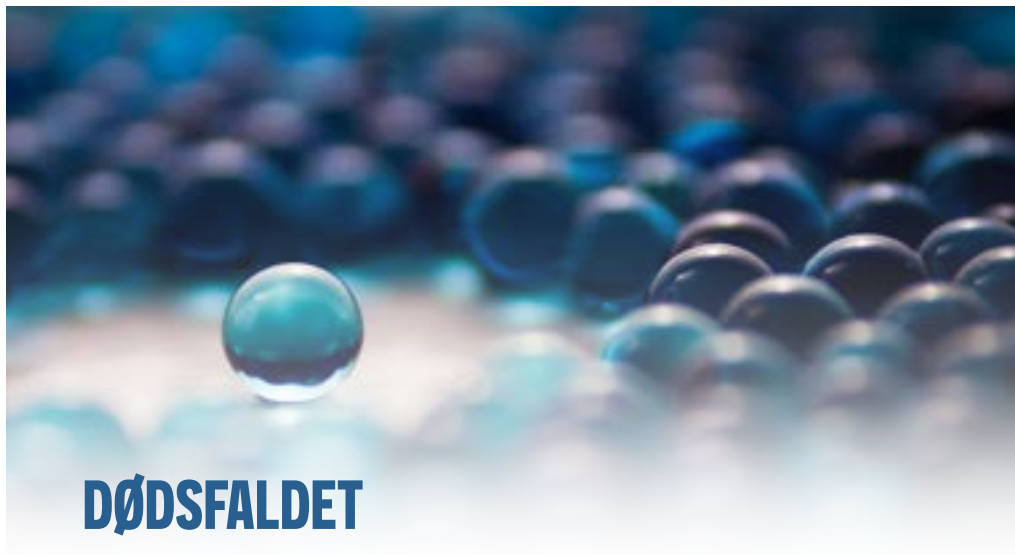
Læs mere om Elysium Begravelsesopsparing på side 37.

DET OVERORDNEDE FORLØB

DØDSFALDET	LÆGEN KONTAKTES	BEDEMANDEN KONTAKTES	ØKONOMISK OVERBLIK	KISTE OG URNE
En person dør.	Lægen skriver dødsattesten.	Bedemanden kan hjælpe med alle de vigtige opgaver ved dødsfaldet og afskeden.	Sammen med bedemanden aftales omfanget af afskeden, og evt. begravelsesopsparinger gennemgås. Det undersøges tillige om der findes en <i>Min sidste vilje</i> online.	Alle, der dør i Danmark, skal lægges i kiste. Derfor skal der vælges kiste og eventuel urne, hvis afdøde skal kremeres.

AFSKEDENS RITUALER	HØJTIDELIGHED	KONTAKTEN TIL MYNDIGHEDER	HVILKET RITUAL?
En afsked indebærer ofte ritualer. Sammen med bedemanden aftales hvordan afskeden skal foregå, ligesom blomster og kørsel kan aftales.	Ved en religiøs afsked er det som regel en præst, der skal forestå afskeden. Ved en ikke-religiøs afsked kan man få bedemanden til at stå for ceremonien.	Bedemanden sikrer at der rettes kontakt til alle relevante myndigheder.	Hvilket tøj skal afdøde have på? Skal der andre effekter med i kisten? Vil man synge afdøde ud? Alt dette aftales med eventuelt personale og bedemanden.

KIRKEGÅRD ELLER ?	MINDESAMVÆR	AFDØDES ØKONOMI	ARV OG TESTAMENTE	SORG OG OMSORG
Skal afdøde begraves på en kirkegård eller kremeres og eventuelt bisættes i skoven eller måske askespredes? Det planlægges med bedemanden.	Når afskeden har fundet sted, er det kutyme at mødes og mindes afdøde. Dette kan arrangeres af bedemanden også.	Der er meget at undersøge i forhold til økonomi: pensioner, forsikringer og begravelseshjælp. Bedemanden hjælper med at få overblikket.	Er der et testamente? Skifteretten tager sig af boet og indkalder til møde. Husk også den digitale arv.	At miste kan give stor sorg. Bed om hjælp og støtte.



DØDSFALDET

NÅR ET MENNESKE DØR

Når et menneske dør, skal en læge kontaktes som det første. Lægen skal foretage et såkaldt ligsyn og udfærdige en dødsattest. Det er det retslige dokument, der fastslår dødens indtræden og dens omstændigheder.

Når hjertet ikke længere slår og åndedrætsfunktionen går i stå, kommer der misfarvninger på huden kaldet ligpletter (livores), og senere kommer dødsstivhed (rigor mortis). Det kaldes 'sene sikre dødstegn', og først når mindst et af disse tegn viser sig, kan lægen udfærdige dødsattesten. Der kan således gå flere timer fra døden indtræder, indtil et af disse tegn viser sig. I gamle dage var der noget, der hed 'sekstimersreglen', **men den er ophørt**. Når bare ét sent, sikkert dødstegn er tydeligt, kan lægen udfærdige dødsattest.

Hvis der er den mindste tvivl om hvordan eller hvorfor dødsfaldet er sket, skal lægen underrette politiet. Det er især, hvis personen findes uventet død alene i eget hjem eller hvis døden er indtrådt pludseligt og ikke var forudset af lægelige grunde. Politiet skal involveres, hvis der er mistanke om, at døden skyldes enten et strafbart forhold, selvmord eller en ulykke og politiet vurderer så, om der skal ske retslægeligt ligsyn og obduktion.

Ved dødsfald i eget hjem eller på plejehjem mv.

Hvis dødsfaldet sker i eget hjem eller på plejehjem, kontaktes afdødes egen læge eller vagtlægen. Vær opmærksom på, at lægen først kan udstede dødsattest, når den afdøde har mindst et af de såkaldte sene sikre dødstegn (se forrige side).

De pårørende skal selv sørge for transport af afdøde til et kapel eller lighus – eventuelt ved at bestille rustvognskørsel hos en bedemand.

Vær opmærksom på hvad den afdøde bærer af smykker, ur mv., og hvor meget af dette der skal følge afdøde til sidste hvilested.

Ved dødsfald på sygehus

Når en sygehuslæge har udfærdiget dødsattesten, bringes afdøde til sygehusets kapel, hvor de pårørende også kan se den afdøde. Plejepersonalet har ansvaret for at gøre afdøde i stand, og pårørende har mulighed for at deltage.

Istandgørelsen foregår normalt på sengestuen, men kan også foregå i kapellet afhængig af faciliteterne, der er til rådighed. Har pårørende særlige ønsker (beklædning, sang, lys m.v.) vil plejepersonalet forsøge at hjælpe med at opfylde dem. Når afdøde derefter lægges i kiste, sker det i kapellet – oftest sammen med plejepersonale eller bedemanden.

Som nærmeste pårørende kan man få udleveret afdødes personlige ejendele, dog ikke værdigenstande (f.eks. smykker og kontanter). Vielsesring og evt. ur vil dog i særlige tilfælde kunne udleveres til nærmeste pårørende. Som udgangspunkt kan man forvente at sygehuset opbevarer værdigenstande, indtil der foreligger en skifteretsattest.

DØDSKRITERIER

Der er to definitioner på, hvornår et menneske er afdødt ved døden:

Hjernedødsriteriet eller **hjerthedødsriteriet**.

Hjernedøden indtræder som følge af en stor skade i hjernen. Skaden kan opstå ved f.eks. en hjerneblødning, iltmangel til hjernen efter hjertestop eller efter en ulykke, hvor hjernen får store kvæstelser.

Hjernedød er indtrådt, når hjernen er endegyldigt holdt op med at fun-

gere, fordi der ikke længere kommer blod til hjernen. Kroppens hjerte, hjerne og funktioner kan holdes i gang kunstigt og midlertidigt med respirator og medicin, så organdonation kan blive mulig.

Hjertedøds-kriteriet

I 2023 blev kredsløbsdød igen godkendt som kriterium for organdonation. Det kaldtes tidligere hjertedøds-kriteriet, men døden indtræder, efter blodcirkulationen er stoppet. Derfor er det mere rigtigt at betegne det kredsløbsdød eller cirkulatorisk død.

Når en person skal konstateres død, udfører lægerne en række test for at fastslå døden. Det gælder, uanset hvilket døds-kriterium der bruges. Man kobler derefter en hjertelungemaskine til, straks efter hjertedøden er konstateret, for at forhindre, at organerne går til grunde.

Borgere over 60 år har ret til på forhånd at fravælge genoplivningsforsøg i tilfælde af hjertestop. Fravalget sker digitalt på www.sundhed.dk eller via en blanket til Sundhedsdatastyrelsen.

DONATION AF ORGANER OG LEGEME

Man kan udtage organer til transplantation fra personer, der er erklæret hjernedøde og ligger i respirator, og man kan donere sin krop til forskning.

Transplantation af organer

Transplantation af organer kan ske, hvis afdøde har udfyldt et donorkort eller på anden måde tydeligt har ytret ønske om at donere sine organer.

Ellers skal to krav være opfyldt:

- Afdøde må på ingen måde have udtalt sig imod organdonation og
- nærmeste pårørende skal give deres samtykke til donationen.

Hvis man ønsker, at ens pårørende ikke skal være i tvivl om ens holdning, kan man registrere sit valg i Organdonorregistret på www.organdonor.dk.

Fra man er 15 år, kan man:

- give fuld tilladelse til at donere alle ens organer,
- give begrænset tilladelse til at donere de organer, man har sat kryds ved,

- vælge 'ved ikke' og overlade beslutningen til ens pårørende,
- sige 'nej' og nedlægge forbud mod organdonation.

Donation af egen krop til forskning

Man har mulighed for at testamentere sin krop til forskning eller uddannelse af nye læger. Testamenteringen kan ske til universiteterne i København, Odense og Aarhus. Man **skal** indgå en aftale med et af disse universiteter, før man kan donere sin krop til forskning.

Egen læge kan hjælpe med at oprette et donationstestamente eller man kan selv rekvirere ansøgningsskema på et af de tre anatomiske institutter. Ansøgningen udfyldes og returneres til det pågældende institut.

Ved dødsfaldet kontaktes bedemanden, som kan vejlede om eventuel højtidelighed enten inden for den forholdsvis korte tidshorisont inden den afdøde skal overføres til universitetet eller inden bisættelse/begravelse. Ekstra transportudgifter i forbindelse med donationen betales af universitetet i begrænset omfang.

København – dækker transport til og fra instituttet i København øst for Storebælt.

Læs mere på www.icmm.ku.dk/donation eller ring på 3537 6690.

Odense – dækker til og fra instituttet i Odense inden for Region Syddanmark.

Læs mere på: www.sdu.dk – søg på 'donation' eller ring på 6550 2332.

Aarhus – dækker udgifter til en klassisk hvid kiste samt de udgifter, der er til transport i Jylland til Aarhus og herefter til krematoriet eller Vestre Kirkegård i Aarhus. Ring på 8716 7171 eller læs mere på: www.health.au.dk/forskning/donation-af-legeme

OBDUKTION

En obduktion betyder, at man foretager en ydre og indre undersøgelse af en afdød person. Kroppen bliver undersøgt udvendigt, hvorefter organerne bliver taget ud og undersøgt. I forbindelse med obduktionen kan der

tages prøver til brug for yderligere undersøgelse. Efter obduktionen bliver organerne lagt tilbage i kroppen, og den syes sammen.

Obduktionen sker dels for at fastslå dødsårsagen med størst mulig sikkerhed, dels at få kendskab til den eller de sygdomme, afdøde har lidt af, og endelig at kunne vurdere den behandling, der er foretaget.

Der findes to typer obduktioner: Hospitalsobduktion (lægevidenskabelig) og retslægeligt obduktion.

Hvis dødsfaldet er sket på et hospital eller hvis afdøde indbringes til en skadestue – og politiet ikke er involveret efter dødsfaldet – kan der foretages en hospitalsobduktion. Denne kan foretages, hvis den afdøde efter sit fyldte 18. år skriftligt har givet tilladelse til obduktion. Hvis den afdøde har udtalt sig imod obduktion – eller dette må antages at stride mod afdødes livsopfattelse – kan obduktion ikke foretages.

Hvis afdøde ikke har oplyst sin mening om obduktion, skal de pårørende spørges og give tilladelse til obduktionen.

Obduktion må først foretages, når ligsyn er foretaget. Ved ligsynet bestemmes det, om der eventuelt skal være en retslægelig obduktion. Hvis de pårørende nedlægger forbud mod obduktionen, vil afgørelsen blive truffet af byretten og eventuelt senere af landsretten.

Hospitalsobduktion må ikke finde sted, hvis der skal foretages retslægeligt ligsyn eller retslægelig obduktion.

Involveres politiet i et dødsfald, skal der foretages et retslægeligt ligsyn. Dette foretages af en overlæge fra Styrelsen for Patientsikkerhed (tidligere kaldet *embedslægen*) eller en retsmediciner sammen med politiet.



Når lægen har udfærdiget dødsattesten, kan bedemanden være behjælpelig med at lægge afdøde i kiste og bringe til kapel. Ved ilægningen kan venner og familie få sagt farvel til afdøde. De pårørende kan hjælpe med at gøre afdøde i stand og med at iføre tøj, som afdøde skal begravnes i. Det kan være eget tøj efter de pårørendes valg, eller man kan vælge tøj, som bedemanden kan levere.

Vær opmærksom på hvad den afdøde bærer af smykker, ur mv., da disse vil følge afdøde til kremering eller i jorden.

De pårørende kan lægge personlige ting i kisten til afdøde. Det anbefales især, at børn får mulighed for at tage en personlig afsked ved at lægge ting, de forbinder med afdøde, i kisten. Det kan være en bamse, en blomst, en tegning eller lign. Undgå særligt glas, metal og plastik, hvis afdøde skal kremeres.

RITUALER OG TRADITIONER

Der er ritualer ved forskellige religioner og kulturer. Disse vil blive respekteret, hvis der bliver gjort opmærksom på, at afdøde ønskede det.

På sygehuse og i hjemmeplejen er man bekendt med, at f.eks. muslimske familier selv udfører vaske- og forberedelsesritualer.

En gammel dansk skik rundt om i landet er udsyngning. Her bliver afdøde sendt afsted med sange, salmer eller bøn. Det sker fra det sted, personen sov ind og er lagt i kiste. Man kalder det at syngte afdøde ud.

Vælg eventuelt en koordinator

De første dage handler bl.a. om at underrette familie og venner, kontakte og aftale opgaver med en bedemand, samtale med præst/religiøs leder eller andre, der skal varetage ceremonien, samt at vælge tid og sted for bisættelsen/begravelsen. Man gør sig også overvejelser om begravelsesform, kirke, mindesammenkomst, annoncering, valg af gravsted osv. (Se evt. huskelisten på indersiden af hæftets omslag.)

Hvis man er en større familie, kan det være en fordel at vælge en koordinator eller fra starten aftale, hvem der tager sig af hvad.

Senere i forløbet er der andre forhold at tage sig af, særligt de økonomiske såsom pension, forsikringer, opsigelse af lejemål, afmelde forbrugsafgifter, køretøjsregistrering, skat, ejendom, arv mv. Læs mere under afsnittet 'Økonomi' på side 28.

BEDEMANDENS ROLLE

Det er almindeligt at bruge en bedemand til at stå for det praktiske omkring transport, forberedelse og planlægning af begravelse/bisættelse. Bedemanden kan stå for stort set alt eller blot enkelte opgaver afhængig af hvor meget pårørende selv ønsker at udføre.

Samtalen kan foregå f.eks. i bedemandens lokaler eller i de pårørendes eller afdødes hjem, hvor man i fred og ro kan tale om ønskerne til højtideligheden.

Her aftales hvilke opgaver der skal udføres, prisen for de enkelte ydelser samt en samlet pris. I vil sammen gennemgå hele forløbet og de forskellige muligheder for:

- ♦ afskedens form
- ♦ valg af kiste og urne
- ♦ beklædning og sengetøj
- ♦ blomster og pynt

- ♦ salmer, musikstykker, trykte salmer eller booking af solister
- ♦ kirkegård, gravsted og gravsten
- ♦ annoncering
- ♦ mindesammenkomst
- ♦ askespredning eller nedsættelse af urne

Bedemanden kan også stå for kontakten til myndighederne.

Ved mødet med bedemanden skal man blot medbringe afdødes personnummer, f.eks. sundhedskort, samt eventuel ægtefælles personnummer.

FORBEREDELSE TIL AFSKEDEN

Når afdøde er bragt til kapellet, er næste skridt at anmelde selve afskeden med afdøde til begravelsesmyndigheden. Begravelsesmyndigheden er folkekirkens sognepræst i afdødes bopælsogn. Dette gælder uanset trosretning. Kontaktoplysninger for sogn og kirkekontor findes på www.sogn.dk.

Har afdøde ikke bopæl i Danmark, skal anmeldelsen ske til det sogn, hvor dødsfaldet har fundet sted. Som regel klarer bedemanden kontakten til begravelsesmyndigheden ved at få en fuldmagt. Man kan også gøre det selv.

Formelt anmeldes afskeden ved at udfylde blanketten 'anmodning om begravelse eller ligbrænding'. Det sker elektronisk via www.borger.dk. Er man fritaget for digital post og ikke har MitID, kan bedemanden eller kirkekontoret udlevere samt hjælpe med at udfylde en trykt blanket.

For at kunne lave anmodningen, er det vigtigt, at man forinden har taget stilling til en lang række forhold, herunder:

- ♦ om den afdøde skal begraves (jordfæstes) eller kremeres (brændes),
- ♦ om der skal udføres en religiøs eller ikke-religiøs (borgerlig) ceremoni (afhængig af medlemskab af et trossamfund),
- ♦ hvilken tid og hvilket sted handlingen skal finde sted,
- ♦ om det sidste hvilested skal være f.eks. askespredning, en skovbegravelsesplads eller kirkegården, på et gravsted eller fællesgravnen m.v.

Den person, der anmelder dødsfaldet, er også den, der juridisk set hæfter for begravelsesudgifter til det offentlige, og vedkommende skal også sikre, at anmodningen ikke er i strid med afdødes kendte ønsker. Det er som oftest bedemanden, der sørger for at indsende anmodningen på vegne af nærmeste pårørende.

Begravelsesmyndigheden udsteder derefter en såkaldt 'godkendelsesattest' (også kaldet 'påtegnet dødsanmeldelse'), når de har godkendt anmeldelsen.

Skifteretten, folkeregisteret, socialforvaltningen og banker får automatisk besked om dødsfaldet.

Vedkommende, der står som kontaktperson i anmodningen, kan også registreres som skifterettens kontaktperson (det behøver ikke at være familie til afdøde, men det vil være en fordel, at det er en person, der har indsigt i afdødes bo eller økonomiske fordele). Vær derfor også opmærksom på meddelelser, der kommer til kontaktpersonens digitale postkasse i dagene og ugerne efter dødsfaldet.

Afdøde skal ifølge loven være jordbegravet eller kremeret inden for otte dage. Man kan godt forlænge fristen op til 14 dage efter aftale med begravelsesmyndigheden. Ønsker man mere tid, skal der anmodes om det hos Styrelsen for Patientsikkerhed, der forholder sig til årsag, opbevaring af afdøde mv. Det hjælper bedemanden oftest med.

Det er vigtigt at finde alle relevante dokumenter frem. Det kunne være den afdødes eventuelle ønsker for afskeden, et testamente eller andre relevante dokumenter, som f.eks. begravelsesopsparing (se side 37). Tjek eventuelt hos familieadvokaten, banken eller den lokale bedemand, og husk at alt ovenstående kan opbevares på den digitale *Min sidste vilje* (læs mere på side 6).

TRANSPORT AF AFDØDE TIL ELLER FRA DANMARK

Når en person dør i udlandet, gælder særlige regler for afdødes rejse til Danmark. Mange af de samme regler gælder for en udlænding i Danmark, der skal transporteres ud af landet.

Hvis afdøde ikke skal kremes inden hjemtransport, er der en række dokumenter, der skal udfærdiges inden afdøde kan transporteres:

- Dødsattest med lægelige oplysninger, herunder om afdøde led af smittefarlig sygdom,
- dødsanmeldelse hos rette begravelsesmyndighed,
- anmodning fra bedemanden om transport af lig til udlandet,
- ligpas (kræves ikke ved transport af aske). Skal afdøde transporteres til et andet land, kræves ligpas; dog ikke til Færøerne eller til Bornholm via Sverige. Ligpas udstedes af Styrelsen for Patientsikkerhed. Læs mere på: www.stps.dk – søg på 'ligpas',
- loddeattest for zinkkister (dog ikke nødvendig for Finland, Island, Norge og Sverige). Afdøde lægges i en zinkkiste, som loddes sammen, så den er helt tæt, og anbringes derefter i en trækiste,
- balsameringsattest – hvis afdøde skal transporteres med fly og flyselskabet kræver det, skal afdøde balsameres (behandling med stoffet formalin). Bedemanden kan oplyse mere om hvor balsaming kan ske, afhængig af afdødes opholdssted.
- Legalisering. Der kan blive behov for at legalisere disse dokumenter; det varetages af Udenrigsministeriet. Se mere på: um.dk/rejse-og-ophold.

Rejseforsikring

Man skal være opmærksom på, at det gule sundhedskort og det blå EU-sygesikringskort **ikke** dækker hjemtransport ved dødsfald eller sygdom under ophold i udlandet, uanset om man er på ferie eller forretningsrejse. Man skal tegne en rejseforsikring, der ikke kun dækker hjemtransport ved sygdom, men også ved død.

Man kan få besvaret sine spørgsmål om hjemtransport og sygesikring hos www.borger.dk. Søg på 'udbetaling Danmark – International sygesikring'.

Spørgsmål om rejseforsikringer kan man stille til Forsikringsoplysningen. Kontaktoplysninger står i afsnittet 'Nyttige kontakter' på side 52.

Når udlændinge dør i Danmark

Der gælder de samme regler for transport af afdøde, hvis en udlænding dør i Danmark, men der kan være forskellige regler i modtagerlandene.

Ethvert medlem af Brancheforeningen Danske Bedemænd kan hjælpe med det praktiske omkring transport og regler for de enkelte lande.

Hjemtransport af afdøde patienter

Hjemtransport af afdøde kan ske for regionens regning ud fra reglerne:

- Når en patient dør under eller efter overflytning mellem sygehuse – dog kun hvis overflytningen var på grund af pladsmæssige eller sundhedsfaglige hensyn.
- Overflytning skal være sket til et sygehus, som ligger længere væk fra patientens bopæl end det sygehus, patienten blev overflyttet fra.
- Hjemtransporten foretages mellem det sygehus, hvor patienten døde, til et passende bestemmelsessted efter de pårørendes ønske.

Anmodning om hjemtransport skal fremsættes for regionen inden den afdøde transporteres hjem.

Læs mere på www.sundhed.dk. Søg på 'hjemtransport af afdøde patienter'.

NÅR ET BARN DØR

Afhængig af hvornår et barn dør, er der forskellige regler for, hvad forældrene har af muligheder og pligter i forhold til begravelse.

Dødfødt inden 22. svangerskabsuge

Er barnet dødfødt inden udgangen af 22. svangerskabsuge, kan forældrene bestemme, om de ønsker en begravelse/bisættelse.

Juridisk set anses hændelsen som en abort, og der kræves derfor ingen dødsattest eller anmeldelse om begravelse eller ligbrænding. Barnet kan indskrives i kirkebogen i forbindelse med en kirkelig handling, som for eksempel begravelse eller velsignelse. Barnet kan dog ikke døbes eller navngives.

For at en begravelse eller en urnenedsættelse kan ske på kirkegården eller tilsvarende sted, kræves en særlig attest fra jordemoderen, denne kaldes også en nedgravningsattest. Nedgravningsattesten afleveres til bedemanden eller på kirkegårdskontoret. Nogle sygehuse tilbyder en nedgravning på kirkegård af børn født mellem uge 12 og uge 22. Spørg personalet på sygehuset, hvad der er praksis.

Barnet opbevares på sygehuset (i op til tre måneder), indtil det hentes af personale, bliver lagt i kiste, kremeret og derefter nedsat i en børnefællesgrav på nærliggende kirkegård. Man kan få oplyst på hvilket område af kirkegården, bisættelsen har fundet sted.

Død efter 22. svangerskabsuge

For et barn, der dør kort tid efter fødslen eller er dødfødt efter 22. svangerskabsuge, har forældrene pligt til at sørge for en begravelse eller bisættelse, og det skal anmeldes til kirkekontoret. Se hvordan på side 17.

Ved anmeldelsen om et dødfødt barn skal der registreres oplysninger om forældrene og hvordan begravelse/bisættelse skal foregå. En bedemand kan hjælpe med dette.

Et dødfødt barn tildeles et administrativt cpr-nummer for at blive optaget i kirkebogen. Dødfødte børn kan ikke døbes eller navngives, men hvis der er foretaget en kirkelig begravelse, tilføjes oplysningerne om dette i kirkebogen.

Man indsender blanketten 'anmodning om begravelse af dødfødt barn' til det sogn, hvor moderen bor, uanset om forældrene er medlemmer af folkekirken eller ej. Er forældrene ikke gift med hinanden, kan man også registrere faderskabet til barnet, ligesom det også er muligt at få registreret et kaldenavn til barnet. Blanketter for disse forhold findes på www.borger.dk. Søg på 'begravelse'. Bedemanden kan også hjælpe.

Et levendefødt barn, der dør kort tid efter fødslen, skal have haft livstegn ved fødslen, såsom vejrtrækning, hjerteslag, tydelig bevægelse m.v. Alle levendefødte børn kan navngives og får en navneattest og et cpr-nummer, også selvom man ikke nåede at døbe barnet, mens det var i live.

Søskende og sorg

Det er meget forskelligt, om forældrene ønsker en lille privat ceremoni kun med de allernærmeste eller om de vil markere afskeden sammen med venner og familiemedlemmer.

For ældre søskende kan deltagelse i afskeden være med til at gøre det mere virkeligt, når de ser den lille kiste. Det kan senere hen være en hjælp for barnet til at forholde sig til den sorg, som forældrene gennemgår. Det kan også hjælpe børnene til at sætte ord på deres følelser og bearbejde deres egen sorg på deres måde. Man kan eventuelt aftale med en bedsteforælder eller anden person med en tæt relation til barnet at deltage og tage hånd om barnet, så forældrene kan være mere til stede mentalt ved ceremonien. Læs mere om sorg på side 49.

Økonomisk og psykologisk støtte

Forældrene har mulighed for at få økonomisk støtte til begravelsen. Det kaldes begravelseshjælp og er et fast beløb for afdøde under 18 år.

Beløbet er i 2026 på 11.300 kr.

Udvidet sorgorlov

Forældre har mulighed for at holde sorgorlov med dagpenge i op til 26 uger, hvis man mister sit barn (født efter 22. graviditetsuge til barnets fyldte 18. år). Man skal opfylde de almindelige betingelser for at få dagpenge efter barselsloven, bl.a. krav om at have en vis tilknytning til arbejdsmarkedet.

Ordningen administreres af Udbetaling Danmark.

Læs mere på www.borger.dk/sorgorlov.

Forældre og søskende har også mulighed for at få psykologstøtte. Se under 'Tilskud til psykologhjælp' på side 51.

Flere organisationer kan give råd og vejledning til hvordan man tackler den sorg, det giver at miste et barn – både efter de første dage og over tid. Se mere under 'Nyttige kontakter' på side 52.

Sorgorlov til den efterladte retlige forælder

Fra 2026 er der en ny ret til sorgorlov, hvis den ene forælder dør. Mister man sin ægtefælle eller samlevende og har mindreårige børn sammen, får man ret til op til 12 ugers sorgorlov med barselsdagpenge. Læs mere på www.borger.dk – søg på sorgorlov til efterladt forælder.



Der er flere begravelsesformer. Er afdøde ikke medlem af et trossamfund, vil en præst eller religiøs repræsentant som udgangspunkt ikke kunne medvirke ved begravelsen.

Der er intet lovkrav til, hvordan en ikke-religiøs ceremoni skal foregå, blot skal almindelig sømmelighed overholdes. Ceremonien kan foregå i eget hjem, fra sygehuskapel eller på kirkegården, og bedemanden kan fungere som ceremonimester.

IKKE-RELIGIØSE CEREMONIER

Hvis afdøde ikke skal begraves eller bisættes på en kirkegård, er der alternative muligheder. For alle alternativer gælder, at afdøde skal kremes.

• Afdødes aske kan spredes over havet

Der skal ligge et skriftligt ønske fra afdøde om, at askespredning ønskes. Ligger der ikke et skriftligt ønske, er det begravelsesmyndigheden, der tager stilling til, om der alligevel kan gives tilladelse.

• Afdødes aske kan deles

Det kræver tilladelse fra stiftet (biskoppen) til at dele asken. Man må kun dele asken i to dele. Den ene del kan eksempelvis spredes over ha-

vet og den anden del sættes ned på en kirkegård. Askedeling skal være afdødes ønske og det anbefales derfor at skrive det i *Min sidste vilje* eller på anden vis skriftligt. Ansøgning om askespredning mens man er i live sker på www.borger.dk, søg på askespredning. Her findes link til at nedskrive ens ønske om spredning af aske over åbent vand. Den kan med fordel også lægges på www.minsidstevilje.nu i Dokumentarkivet. Bedemanden hjælper med alle typer af ansøgninger for askedeling.

- ♦ **Afdøde kan komme i privat jord i urne**

Grunden skal være mindst 5.000 kvadratmeter, og begravelsesstedet må ikke ligne et gravsted. Der skal tinglyses en servitut på grunden. Det kan bedemanden hjælpe med.

- ♦ **Skovbegravelse**

Man kan få nedsat sin urne i i kommunale og private skovbegravelsespladser (ikke indviet jord) og skovkirkegårde (indviet jord).

Den lokale bedemand kan også oplyse om, hvor der findes en skovkirkegård eller skovbegravelsesplads og om eventuelle aktuelle planer for anlæggelse af en i nærheden. Se mere under 'Nyttige kontakter' på side 52.

I RELIGIØSE RAMMER

Er man medlem af et trossamfund, skal man begraves med de ritualer, troen fordrer.

71 % af danskerne er medlemmer af folkekirken. De har derved tilkendegivet ønske om, at en kirkelig handling skal markere afslutningen på deres liv. En kirkelig handling kan foregå i kirken eller i et kapel og er kendetegnet ved, at der medvirker en præst.

Samtalen med præsten

De efterladte mødes med præsten til en samtale inden begravelsen. Samtalen skal sikre, at I sammen tilrettelægger at begravelsen eller bisættelsen sker i afdødes ånd. Det aftales bl.a. hvilke salmer der skal synges, og de pårørende kan fortælle, hvilke overvejelser den afdøde og/eller de pårørende har gjort sig i forbindelse med den kirkelige handling.

I Danmark er der tradition for, at det er præsten, der taler over afdøde, og ved samtalen med de pårørende får præsten mulighed for at danne sig et billede af afdøde og afdødes liv. Samtalen giver med andre ord præsten en indfaldsvinkel til at vælge tema og 'tone' for den kirkelige handling. Det er også muligt for en pårørende at holde tale om den afdøde ved den kirkelige handling – det skal aftales med præsten.

Højtideligheden

Ved noget så skelsættende som døden har vi ofte brug for særlige ritualer. Begravelsesritualet kan skabe et 'rum', hvor vi er sammen i et forløb, der både består i at erkende døden og vores fremtidige liv uden den afdøde.

Der er få krav til højtideligheden, men et ritual er, at præsten – efter at have nævnt afdødes navn – kaster jord på kisten tre gange med ordene: *"Af jord er du kommet. Til jord skal du blive. Af jorden skal du igen opstå."* Derefter bedes fadervor og velsignelsen lyses.

Ved en jordfæstelse foregår jordpåkastelsen ved graven og ved en bisættelse foregår den i kirken eller i kapellet.

Dertil er der tradition for, at der er en tekstlæsning fra Bibelen, og at præsten holder en tale eller prædiken. Talen indeholder normalt både en forkyndende del og en personlig del om afdøde. Der bliver endvidere sunget tre til fire salmer. For mange er det vigtigt, at højtideligheden foregår i afdødes ånd, så man er omhyggelig med at vælge salmer, som afdøde holdt af eller som minder om ham eller hende.

Organister i de danske kirker er kun forpligtet til at spille salmer fra salmebogen, men i mange tilfælde vil organisten dog acceptere at spille andre sange, hvis det drejer sig om en melodi, som med rimeligt resultat kan spilles på et kirkeorgel og hvis præsten accepterer ønsket. Man må altså forhøre sig i det konkrete tilfælde.

I nogle tilfælde kan man også aftale med præsten om selv at medbringe musik og anlæg til afspilning.

Præsten som sjælesørger

Præsterne påtager sig også rollen som sjælesørger, når de aflægger præsteløftet. Det betyder i praksis, at den efterladte kan mødes med præsten efter begravelsen og præsten kan stille sig til rådighed for en eller flere samtaler, hvis den efterladte skulle ønske det – uanset den efterladtes medlemskab af folkekirken. Man kan også altid selv kontakte præsten og bede om en samtale – også selvom der skulle være gået år efter dødsfaldet. Præster har tavshedspligt.

KIRKEGÅRDENE

De danske kirkegårde ejes af folkekirken, og det er menighedsrådene der fastsætter reglerne i form af kirkegårdsvedtægterne. I nogle byer er det kommunen, der administrerer kirkegårdene.

Nogle sogne og provstier har i de senere år valgt at gøre visse ydelser gratis for borgerne i det pågældende sogn, bl.a. gravning og tildækning af grave. Man kan finde gældende priser på kirkegårdenes hjemmesider.

GRAVSTEDER

Kirkegårdene har forskellige typer gravsteder til både kister og urner. Hvordan de er anlagt og hvad de koster hver især varierer meget.

De fleste kirkegårde har etableret anonyme fællesgrave, hvor afdødes urne kan blive sat ned – også kaldet 'de ukendtes grav'. På nogle kirkegårde kan de pårørende få oplyst, hvor urnen sættes ned. Men i de fleste tilfælde lægger de pårørende blomster ved monumentet ved fællesgraven.

Det er også blevet mere almindeligt at bruge mindesten som en slags kompromis mellem fællesgraven og et egentligt gravsted. En mindesten er en plade, som lægges vandret i jorden, oven på kisten eller urnen. Mindestenen kan give de samme oplysninger om afdøde, som en gravsten gør.

Mange kirkegårde har også andre former for gravstedstyper. Traditionelle gravsteder giver mulighed for individuel tilplantning og gravsten. Man kan vælge selv at vedligeholde gravstedet, eller man kan vælge at lade kirkegården gøre det. Dette kan aftales enten som årsregning/halvårs-

regning eller man kan lave en aftale for hele fredningsperioden gennem stiftet (kaldet 'legatgravsted').

Et gravsted er fredet i et begrænset antal år. Hvor lang tid der går, før en ny kiste eller urne igen kan blive nedsænket samme sted, er forskelligt. En urne er fredet i mindst 10 år og en kiste i mindst 20 år. Det kan variere ud fra kirkegårdens jordbundsforhold. Fredningstid er defineret i kirkegårdens vedtægter, der kan findes på deres hjemmeside eller fysiske kontor.

Kirkegårdens kontor skriver til indehaveren af gravstedet, før graven bliver nedlagt, så man kan nå at forlænge fredningstiden.

MINDESAMVÆR

Det er en skik at samles efter afskeden og afholde en højtidelighed – det kaldes også 'gravøl', 'begravelseskaffe' eller 'mindesammenkomst'.

Måske har afdøde selv valgt hvad der skal ske til mindehøjtideligheden eller de efterladte har visse ønsker til den fælles samling efter afskeden. De fleste serveringssteder kan afholde mindehøjtidelighed, og man kan få bedemanden til at tage sig af dette også.



Når et menneske dør, bør man som pårørende gennemgå afdødes forpligtelser, uanset om de skal overtages af en efterlevende ægtefælle eller arvinger. Der er dog nogle begrænsninger for, hvilke aftaler man må opsige på afdødes vegne. Det kan man få hjælp til at finde ud af hos skifteretten.

Man skal særligt være opmærksom på pensionsudbetalinger, forsikringer, registrering af bil/båd, abonnementer på aviser/blade/telefon/streaming-tjenester, medlemskab af foreninger, lejeaftaler m.v., ejendomsskat, bankkonti, sociale medier m.v.

AFDØDES ØKONOMI

Afdødes konti i pengeinstitutterne bliver spærret, indtil boet er behandlet i skifteretten, eller der er fundet en bobestyrer. Det gælder også de fælleskonti, som afdøde havde sammen med f.eks. en ægtefælle. Banken vil dog oftest udbetale til begravelsen fra afdødes konto, og man får adgang til afdødes konti, når der er udstedt en skifteretsattest.

Vær opmærksom på automatiske ind- og udbetalinger (f.eks. Betalings-service/Nets), da der godt kan gå flere dage inden banken automatisk orienteres om dødsfaldet.

Det offentlige, banker og forsikringsselskaber får automatisk besked fra

CPR-registeret ved dødsfaldet. Vær opmærksom på, om der skal tilbagebetales offentlige ydelser afhængig af dato for dødsfaldet, og om varme- og huslejetilskud ændres eller bortfalder.

Der er forskel på omkostningerne ved krematorium og kirkegård i forskellige egne af Danmark. Hvis der ikke er penge til begravelsen i afdødes bo, er det den, der har anmodet om begravelsen, der hæfter.

Vær opmærksom på

Når folkeregistret automatisk får besked om et dødsfald, spærres den afdødes digitale postkasser. Det gælder også for pårørendes eventuelle læseadgang, uanset om der er en fremtidsfuldmagt. Den bortfalder.

Man kan søge om adgang til afdødes digitale post, hvis man er udpeget bobestyrer eller når boet er gjort op og man kan fremvise skifteretsattesten. Adgang søges via www.borger.dk og man får adgang via egen digitale postkasse. Der kan kun gives én adgang til digital post, selvom der måtte være flere efterladte.

Gravsted til ubemidlede

Der findes endvidere en regel om, at der altid skal være adgang for ubemidlede til at få et gravsted udlagt uden vederlag. I disse tilfælde vil det som oftest være afdødes kommune, der varetager afskeden. Hør med bedemanden om muligheden.

EFTERLADTES ØKONOMI

Børnetilskud, når forældre dør

Udbetaling Danmark udbetaler automatisk et særligt skattefrit børnetilskud hvert kvartal, hvis en eller begge af barnets forældre er døde. Har man ret til tilskuddet, men ikke får det automatisk udbetalt, skal man kontakte Udbetaling Danmark, Familieydelser (se side 52).

Børnetilskud er ikke det samme som børne- og ungeydelse eller børnebidrag. Børnetilskuddet er på 5.025 kr. pr. kvartal (2026) pr. barn. Beløbet er dobbelt, hvis begge forældre er døde.

BEGRAVELSESHJÆLP (TAKSTER 2026)		
Voksen		13.550 kr.
Hvis afdøde er født før 1. april 1957, uanset formue, får man mindst		1.050 kr.
Hvis afdøde er under 18 år, uanset formue, får man		11.300 kr.
Ubemidlet		Afhænger af formue. Se nedenfor
Civilstand	Formuegrænse	Maksimal grænse
Enlig	22.700 kr.	36.250 kr.
Med ægtefælle og/eller børn u. 18	45.250 kr.	58.800 kr.

Begravelseshjælp

Ved dødsfald kan pårørende søge om begravelseshjælp fra det offentlige. Det er Udbetaling Danmark, der administrerer ordningen og ansøgningen foregår digitalt. Bedemanden hjælper gerne med det.

Normalt bliver begravelseshjælpen udbetalt senest en måned efter, at Udbetaling Danmark har modtaget ansøgningen. Beløbet bliver beregnet på baggrund af afdødes og den eventuelle ægtefælles formue.

Man kan få flere oplysninger om betingelser for begravelseshjælp hos Udbetaling Danmark eller hos bedemanden.

Andre former for støtte

Man kan søge kommunen om hjælp til begravelsen. Hvis man er folkepensionist eller førtidspensionist efter de gamle regler, søges efter pensionsloven §14, stk. 1.

Som hovedregel skal man være efterladt ægtefælle eller have levet sammen i mindst tre år med et lille indkomstgrundlag, som f.eks. pensionister eller studerende.

Hjælp i særlige tilfælde - aktivlovens § 81

Når en pårørende ikke har midler til at forestå begravelsen, kan man – hvis en række kriterier er opfyldt – få økonomisk hjælp fra egen kommune. Kriterierne opfyldes hvis:

- man har viljen, men ikke økonomisk evne, og er på offentlig forsørgelse, altså modtager sygedagpenge, kontanthjælp, fleksydelse eller lignende,

- der ikke er midler i afdødes bo og ingen andre pårørende vil påtage sig at stå for begravelsen/bisættelsen,
- man skal være nærtstående til afdøde.

Der skal søges inden udgifterne påtages – altså man skriver til kommunen med en række oplysninger, herunder forventet udgift.

Bedemanden kan hjælpe med at udfærdige 'ansøgning om enkeltydelser', jfr. Aktivlovens § 81. Ansøgningen skal indsendes og behandles af den pårørendes bopælskommune.

KOMMUNAL BEGRAVELSE

'Offentlig begravelse', 'kommunal begravelse' og 'social begravelse' er udtryk der dækker over det samme. Det er når afdødes kommune påtager sig pligten med at arrangere og betale for begravelsen/bisættelsen af afdøde, fordi:

- der enten ikke kan findes pårørende, eller at afdøde ikke havde pårørende (pårørende behøver ikke at være familie; det kan også være en nabo eller en god ven, der påtager sig opgaven) eller
- ingen af afdødes pårørende ønsker at påtage sig begravelsen/bisættelsen.

Ønsker man at påtage sig begravelsen for et familiemedlem eller en ven, og overvejer man, om man har økonomi hertil, skal man være opmærksom på, at man muligvis kan modtage begravelseshjælp – det afhænger af afdødes og ens egen økonomi. Se forrige side om 'Begravelseshjælp'.

Kommunen skal respektere, hvis afdøde skriftligt har ytret ønske om at blive jordbegravet eller kremeret samt om det skal være en religiøs begravelse eller en ikke-religiøs (borgerlig) begravelse. Hvis afdøde var medlem af f.eks. folkekirken anses dette som udgangspunkt for et ønske om en kirkelig begravelse/bisættelse.

Derefter er det kommunen – i samarbejde med sognepræsten – der beslutter, hvordan begravelsen/bisættelsen skal foregå. Det vil sige, at eventuelle pårørende som udgangspunkt ikke har medbestemmelse, hvis de fravælger at påtage sig begravelsen. Visse kommuner er dog i praksis lydhør for ønsker, hvis ønskerne ikke har økonomisk konsekvens for kommunen.

Generelt vælger kommunerne – hvis afdøde ikke har ønsket andet – at den afdøde bisættes/kremeres og at urnen nedsættes på en urnefællesgrav på en af kirkegårdene i kommunen/sognet.

Ved en kommunal begravelse er det kommunen, der råder over boet og alle dets ejendele. Som pårørende frasiger man sig altså retten til afdødes ejendele og evt. økonomiske midler. Det gælder både for ejendele af økonomisk og affektionsmæssig karakter. Det er også kommunen, der sørger for at tømme boet og afklare afdødes bo med skifteretten.

Begravelsesopsparing

Man kan spare op til sin begravelse/bisættelse, så de pårørende ikke står med økonomiske udfordringer midt i sorgens stund. Læs mere på side 37.

Efterlevelsespension

Når den ene af to ægtefæller eller samlever – der begge modtager social pension – dør, fortsætter udbetalingen af pensionisternes sammenlagte pensioner (efterlevelsespension) i tre måneder fra dagen efter dødsfaldet. Det er Udbetaling Danmark, der administrerer ordningen.

Efterlevelsespensionen udbetales kun, hvis ægtefællerne havde fælles bopæl/folkeregisteradresse på dødstidspunktet. Efterlevelsespension udbetales ikke, hvis den ene ægtefælle er flyttet på plejehjem.

Da afdødes personfradrag ophører pr. dødsdagen, skal man være opmærksom på, at efterlevelsespensionen vil blive mindre, fordi der bliver trukket skat af det fulde beløb.

Efterlevelseshjælp

Efterlevelseshjælpen er en håndsrækning til efterladte ægtefælle og samlevende, der har en lille indtægt og formue. Efterlevelseshjælpen afhænger af både indkomst og formue.

For at komme i betragtning er det en betingelse, at man har delt samme bopæl i de sidste tre år før dødsfaldet, og at ens indtægter og formue ikke overstiger nærmere fastsatte grænser. Hjælpen er en skattepligtig engangsudbetaling. Læs mere på *www.borger.dk* – søg på 'Efterlevelseshjælp'.

Man kan søge om efterlevelseshjælp gennem Udbetaling Danmark, der skal have modtaget ansøgningen digitalt senest seks måneder efter dødsfaldet. Der kan ikke ydes efterlevelseshjælp til efterlevende ægtefæller eller samlever, der modtager efterlevelsespension.

Lån i egen bolig til efterlevelseshjælp

Hvis den efterladte er fyldt 65 år eller får efterløn, pension eller del-pension og har en større formue i egen bolig, kan efterlevelseshjælp udbetales i form af et lån uanset formuen i egen bolig. Lånet skal først betales tilbage, når boligen bliver solgt eller den efterladte dør. Til den tid skal man også betale renter. Modtager man efterlevelsespension, kan der ikke ydes efterlevelseshjælp i form af lån i egen bolig.

Det er Udbetaling Danmark, der administrerer ordningen.

SKATTEFORHOLD

Når en ægtefælle dør, medfører det som regel ændringer i den efterladtes skatteforhold. Det betyder, at man skal få lavet sin forskudsregistrering om, når boet er opgjort i skifteretten. Få rådgivning af Skat – find kontaktoplysninger under 'Nyttige kontakter' på side 52.

ARBEJDSMARKEDETS TILLÆGSPENSION (ATP)

ATP er en obligatorisk, lovpligtig pensionsordning for lønmodtagere fra alderen 16 år, der har lønnet arbejde mindst ni timer ved samme arbejdsgiver. Ordningen bliver finansieret af bidrag fra arbejdsgivere og lønmodtagere.

ATP udbetaler engangsbeløb til ægtefællen efter tre forskellige regler, afhængig af hvilken gruppe, man tilhører:

- Hvis afdøde har indbetalt efter 1. januar 2002 eller
- Hvis afdøde er født før 1. juli 1925 eller
- Hvis afdøde er født mellem 1. juli 1925 og 30. juni 1941

Engangsbeløb

Når et ATP-medlem dør, har en ægtefælle/samlever og børn under 21 år ret til et engangsbeløb fra ATP. Det er en betingelse for udbetalingen, at disse tre kriterier er overholdt:

- afdøde har været medlem af ordningen i mindst to år, og
- afdøde har betalt bidrag, som svarer til to års fuldtidsbeskæftigelse, og
- samlevende skal have haft fælles folkeregisteradresse i to år forud for dødsfaldet.

Størrelsen på beløbet afhænger af, om indbetalingerne til ATP startede før eller efter 1. januar 2002. Engangsbeløbet bortfalder helt fem år efter folkepensionsalderen.

Udbetaling

ATP udbetaler automatisk engangsbeløb til de berettigede efterladte, medmindre de bor i udlandet. Udbetaling sker normalt inden for tre uger efter dødsfaldet, da ATP får direkte besked fra Folkeregistret. Løbende pensionsudbetalinger er almindelig skattepligtig indkomst, mens der betales 40 % i afgift til staten for alle engangsbeløb. Man kan læse mere om ordningerne på www.borger.dk. Søg på 'Udbetaling ved død til ægtefælle'.

Børnesum

Børnesum udbetales til børn under henholdsvis 18 og 21 år afhængig af hvornår afdøde indbetalte til ATP. Udbetaling er afhængig af nærmere fastsatte regler. Reglerne er nærmere beskrevet på www.borger.dk. Søg på 'Udbetaling af ATP Livslang Pension ved død'.

Få mere at vide hos ATP. Se kontaktoplysninger ved 'Nyttige kontakter' på side 52.

Indefrosne dyrtidsportioner

I perioden 1. september 1977 til 31. august 1979 tilbageholdt staten de såkaldte indefrosne dyrtidsportioner. Disse penge blev indbetalt til ATP-fonden, og administreres nu af Lønmodtagernes Dyrtidsfond (LD). For at få udbetalt et beløb fra LD skal lønmodtageren have været beskæftiget helt eller delvist i den nævnte periode.

Har afdøde ikke tidligere valgt at få dyrtidsportionerne udbetalt, vil Lønmodtagernes Dyrtidsfond ved et dødsfald automatisk få besked fra folkeregistret. Derefter henvender fonden sig til den skifteret, der behandler boet, for at høre hvem der skal have pengene udbetalt. Udbetaling sker automatisk.

Indefrosne feriepenge

Lønmodtagernes Feriemidler er en fond, der forvalter de feriepenge, der blev optjent 1. september 2019 til 31. august 2020 i forbindelse med overgangen til den nye ferielov.

Fonden udbetaler automatisk opsparingen til dødsboet på samme vis som indefrosne dyrtidsportioner (se forrige side).

Bemærk: Feriepenge kan allerede være udbetalt delvist eller helt i forbindelse med coronapandemien i 2020-2021.

FORSIKRINGER

Man skal være opmærksom på, at udbetalingen fra en forsikring indgår i afdødes bo, hvis afdøde ikke har skrevet, hvem der skal modtage forsikringssummen. Hvis der derimod er indsat en begunstiget i forsikringen, får den begunstigede forsikringssummen, og pengene tæller ikke med i afdødes bo.

Begunstiget får ikke altid automatisk besked. Hør med forsikringsselskabet, hvad der er procedure.

Gruppelivsforsikring

Mange fagforeninger og arbejdspladser har også en gruppelivsforsikring, som medlemmerne betaler til. Forsikringssummen afhænger af alder.

Gruppelivsforsikringer, der er tegnet i et pengeinstitut som del af en kapitalpension, har fradragsberettigede præmier. Derfor skal der betales 40 % i skat af forsikringssummen, når den bliver udbetalt.

Ved øvrige gruppelivsforsikringer kan man ikke trække præmierne fra i skat, men her er hele forsikringsudbetalingen skattefri.

Lovpligtig ansvarsforsikring

Ved dødsfald som følge af trafikulykke, uanset hvem der bærer ansvaret, kan der i en del tilfælde udbetales erstatning både til de efterlevende og til dækning af begravelsesudgifter.

Efterløn

Hvis afdøde var funktionæransat eller tjenestemand og under ansættelse på dødstidspunktet, har afdødes ægtefælle eller børn under 18 år ret til et beløb på henholdsvis en, to eller tre måneders løn efter henholdsvis en, to eller tre års ansættelse.

Sygeforsikringen Danmark

Begravelseshjælp udbetales ved dødsfald, når medlemmet blev optaget i Gruppe 1 eller Gruppe 2 senest 31. december 2022 og herefter har været uafbrudt medlem af Gruppe 1 eller Gruppe 2. Sygeforsikringen Danmark har desuden en dødsfalddækning. Læs mere på www.sygeforsikring.dk.

Andre forsikringer

Når dødsfaldet er sket som følge af en ulykke, er det tre forsikringstyper, der har særlig interesse:

- Ulykkesforsikring
- Ansvarsforsikring
- Arbejdsskadeforsikring (hvis personen døde i arbejdsøjemed).

For den sidste gælder, at der bliver udbetalt et såkaldt overgangsbetøb, hvis dødsfaldet sker som følge af en arbejdsskade. Det skal dække de umiddelbare udgifter i forbindelse med dødsfaldet.

Overgangsbetøbet har ikke noget at gøre med en senere sum til erstatning for tab af forsørger.

ELYSIUM BEGRAVELSESOPSPARING

Elysium Begravelsesopsparing er en opsparingsforening for alle der gerne vil sikre, at der er økonomiske midler til rådighed til egen begravelse/bisættelse. Ved at indsatte penge på en konto i Elysium kan man sikre sig, at der er penge til at dække udgifterne for den begravelse, man ønsker.

Opsparingen i Elysium Begravelsesopsparing sker på en spærret konto. Derfor regnes begravelsesopsparingen ikke som formue, og holdes derfor uden for personlige tillæg og ydelser såsom boligsikring, hjemmehjælp og ældrecheck. Opsparingskontoen er desuden fritaget for beskatning.

Indbetaling på kontoen kan foretages når som helst, i valgfrie rater eller som engangsindskud. Der må højst opsøres 35.000 kr. på kontoen. Alt, der bliver indbetalt, kan bruges til alt i forbindelse med afskeden.

Oprettelse af opsparing kan ske nemt og bekvemt på hjemmesiden eller hos Danske Bedemænds medlemmer. Man kan også få tilsendt en indmeldelseblanket eller stille spørgsmål til ordningen på telefon 4593 1411, e-mail: kontakt@elysium.dk.

Læs svar på spørgsmål og indmeld dig på www.elysium.dk eller scan QR-koden:



Elysium
BEGRAVELSESOPSPARING

*Elysium Begravelsesopsparing administreres af
Brancheforeningen Danske Bedemænd.*



ARV

Spørgsmålet om hvem der skal arve, bestemmes af to forhold; **arveloven** samt et eventuelt **testamente**.

Hvis man ikke skriver testamente, tilfalder arven en gruppe af arvinger i den rækkefølge, som arveloven beskriver. Tvangsarvinger er ægtefælle samt livsarvinger (børn, børnebørn, oldebørn).

Hvis afdøde efterlader sig både ægtefælle og børn, vil afdødes andel af formuen som udgangspunkt blive delt mellem ægtefællen og børnene (det afhænger blandt andet af skifteform og eventuelt testamente).

TESTAMENTE

Ved at oprette et testamente får man større mulighed for at ændre på fordelingen af arven. Man kan ved testamente selv disponere over 75 % af formuen, mens 25 % af formuen er tvangsarv. Ved testamente kan man begrænse tvangsarven til hvert af sine børn. I 2026 er beløbsgrænsen 1.580.000 kr.

Et testamente er især nødvendigt, hvis man:

- ♦ Lever sammen uden at være gift.

- ♦ Har børn fra tidligere forhold.
- ♦ Vil testamentere beløb eller ting til bestemte foreninger eller personer.
- ♦ Vil give arv til en, der er gift, uden at dennes ægtefælle får andel (særarv).
- ♦ Vil give arv til fætre, kusiner eller svigerbørn.
- ♦ Er enebarn, barnløs og ugift.
- ♦ Ikke har nogle arvinger og ønsker, at arven ikke skal tilfalde staten.

Enhver, der er fyldt 18 år og ved sin fornufts fulde brug, kan oprette et testamente. Det kan ske på følgende tre måder:

Notartestamente uden eller med advokat

Man kan sagtens skrive testamente selv og få det underskrevet hos notaren **uden hjælp fra en advokat**. Der er dog en risiko for, at man bestemmer noget i testamentet, der er i strid med arveloven.

Benytter man en advokat, vil denne skulle sørge for, at testamentet er i overensstemmelse med arveloven. Det er forskelligt, hvor meget advokaten skal have for sit arbejde, og man kan begrænse udgiften til advokaten ved at forberede sig, for eksempel ved at samle oplysninger om:

- ♦ hvor stor ens formue og gæld er,
- ♦ navn og adresser på personer, foreninger eller institutioner, man gerne vil give arv, og hvor meget og hvad de hver især skal arve.

Når man har skrevet testamentet, anbefales det at underskrive det ved notaren hos den lokale byret. Derefter bliver en udskrift af testamentet opbevaret på notarialkontoret. Skifteretten rekvirerer udskriften af testamentet, når de får besked om dødsfald. På den måde er man sikret, at testamentet kommer til kendskab. Gebyret for at oprette et notartestamente er 300 kr.

Vidnetestamente

Man kan også lave et testamente og lade to vidner vedkende og underskrive at ens identitet er rigtig, og at man er ved sin fornufts fulde brug. Det må ikke være personer, der er nævnt i testamentet eller som på nogen anden måde har interesser i det, og vidnerne skal være fyldt 18 år. De efterladte skal selv sørge for, at et vidnetestamente kommer frem ved

dødsfald. Testamenter kan med fordel gøres bekendt og tilgængeligt på den digitale *Min sidste vilje*. Læs mere på side 6.

Nødtestamente

Er man på grund af akut sygdom eller andet nødstilfælde forhindret i at oprette et vidne- eller notartestamente, kan man oprette et nødtestamente. Der er ingen formkrav, og enhver tilkendegivelse, såsom en sms, en besked på en telefonsvarer eller en e-mail kan være omfattet. Et nødtestamente er kun gyldigt i tre måneder efter at nødsituationen er ophørt.

SKIFTERETTENS OPGAVER VED DØDSFALD – BOBEHANDLING

Når en person dør, efterlader han eller hun et 'bo', som er den afdøde persons formue, gæld og ejendom samt ejendele, f.eks. smykker, møbler m.v. At 'skifte' betyder at fordele. Man danner sig et overblik over afdødes bo og fordeler det, så det enten er i afdødes ægtefælles fortsatte eje eller bliver fordelt mellem afdødes arvinger.

Det er skifteretten i den retskreds, hvor den afdøde boede, der skal gøre dødsboet op og fordele det korrekt. Flere forhold afgør, under hvilken form et dødsbo enten kan eller skal skiftes. Skifteretten rådgiver om hvordan et bo kan eller skal skiftes ud fra reglerne i dødsboskifteloven.

Skifteretten indkalder den, der står som kontaktperson på 'anmodningen om begravelse eller ligbrænding', til et såkaldt åbningsmøde, oftest pr. telefon. Der kan gå mellem to og fire uger efter dødsfaldet, inden mødet finder sted. I den tid må arvingerne hverken fordele afdødes indbo eller gøre brug af formuemidlerne. Boet skal så at sige opbevares på en betryggende måde, indtil der er valgt en skifteform og der er udfærdiget en såkaldt 'skifteretsattest'.

Kontaktperson skal bruge Skifteportalen

Skifteportalen ved www.minskiftesag.dk blev lanceret i 2022. Her skal alle krav til dødsboer anmeldes og det gælder for alle skifteformer.

På Skifteportalen kan boets kontaktperson få et overblik over de krav og tilgodehavender, der er registreret i boet. Man vil få besked via egen

digitale postkasse om de registreringer, der kræver ens opmærksomhed. Det er kontaktpersonens opgave at sikre den nødvendige kontakt til de kreditorer og debitorer, som laver en registrering på Skifteportalen. Med skifteretsattesten kan arvingerne i fællesskab råde over afdødes formue, afslutte konti i banker, opsigse lejemål og få tinglyst fast ejendom.

Ejede afdøde en bil, indgår den også i boet. Efterladte skal derfor så vidt muligt kun bruge bilen til hvad der er i 'boets interesse', og ellers lave aftale med skifteretten og forsikringsselskabet. Tjek, om forsikringen ophører ved dødsfald. Når boet er afsluttet ved en skifteretsattest, råder arvingerne over bilen og skal huske at omregistrere eller afmelde bilen.

Hvordan kan boet deles?

På åbningsmødet med skifteretten finder man sammen med medarbejderen fra skifteretten frem til, hvordan afdødes bo skal skiftes. Det er en god idé, hvis man inden åbningsmødet finder så mange papirer frem som muligt, der fortæller om boets størrelse og afdødes familieforhold, såsom:

- arvinger (navne, adresser, personnumre),
- bankkonti på afdøde og ægtefællen, hvis afdøde var gift,
- værdi af køretøjer og ejendom (også andelsbolig, kolonihave osv.),
- testamente og ægtepagt, skilsmissepapirer og evt. adoptionsbevillinger,
- evt. udbetalinger fra forsikringsselskaber,
- evt. indskud, der kommer retur fra lejebolig,
- begravelsesudgifter,
- værdi- og gældspapirer.

DE SEKS FORSKELLIGE SKIFTEFORMER

De forskellige bobehandlingsformer kan ses i skemaet herunder, og forklares i korte træk på de følgende sider.

Skifteform	1. Boudlæg	2. Ægtefælleudlæg	3. Uskiftet bo	4. Privat skifte	5. Forenklet privat skifte	6. Bobestyrer
Behandling	Ingen skiftebehandling	Skiftebehandling straks Boet bør som udgangspunkt være solvent.	Skiftebehandling Særbørn skal give tilladelse.	Skiftebehandling, hvis alle parter er enige. Kræver boopgørelse. Boet skal være solvent.	Skiftebehandling, hvor boopgørelse ikke er nødvendig. Boet skal være solvent.	Skiftebehandling ved uenighed, insolvens, hvis ingen af arvingerne er myndige, eller ikke vil.
Formue	Ikke over 55.000 kr.	Ægtefællers samlede formue må ikke være over 950.000 kr.			Ikke over 392.000 kr. (enlig) 784.000 kr. (gift)	
Udleveres til	• Nærmeste efterladte • Institution • Den, der har betalt eller erklærer at ville betale begravelsen • En kommune eller statskassen.	Ægtefælle. Børn arver ikke.	Ægtefælle. Er boet insolvent, se pkt. 2	Arvingerne.	Arvingerne.	Bobestyrer.
Arv og gæld	Hæfter ikke for afdødes gæld, men skal dække udgifterne ved begravelsen og boets behandling.	Ægtefælle hæfter for arv og gæld	Ægtefælle hæfter for arv og gæld. Også kommende pensioner medregnes.	Arvinger hæfter ikke for arv og gæld. De hæfter dog for gæld i boet, hvis de har brugt af aktiverne.	Arvinger hæfter ikke for arv og gæld	
Boafgift til staten (Ægtefæller er fritaget for betaling af boafgift, og det samme gælder almennyttige institutioner)	Ingen. Dog kan forsikringer være boafgiftspligtige	Ingen. Dog kan forsikringer være boafgiftspligtige	Ingen. Dog kan forsikringer være boafgiftspligtige	Nærmeste familie: Boafgift på 15 % af arv, når arven overstiger et bundfradrag på 360.300 kr. Uden for nærmeste familie: En tillægsboafgift på 25 % af arven.	Ingen. Dog kan forsikringer være boafgiftspligtige	Nærmeste familie: Boafgift på 15 % af arv, når arven overstiger et bundfradrag på 360.300 kr. Uden for nærmeste familie: En tillægsboafgift på 25 % af arven.
Proklama	Nej	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
Retsafgift til skifteret	0 kr.	0 kr.	0 kr.	1.500 kr. Yderligere 9.000 kr., hvis arvebeholdningen overstiger 1,5 mio. kr.	1.500,-	1.500 kr. Yderligere 9.000 kr., hvis arvebeholdningen overstiger 1,5 mio. kr.

1. Boudlæg

Boet kan afsluttes uden skiftebehandling, når værdien af boets aktiver – efter fradrag af rimelige udgifter ved begravelsen samt gæld, som er sikret ved pant eller anden tilsvarende måde – ikke overstiger 55.000 kr. (2026). Ved rimelige begravelsesudgifter forstås bl.a. kiste, urne, rustvognskørsel, annoncering, pyntning af kirke og kiste, korsang, bespisning af følge samt køb og anlæg af gravsted.

Boet udleveres – efter skifterettens skøn – til en af følgende:

- Den nærmeste efterladte.
- En institution, afdøde havde tilknytning til.
- Den, der har betalt eller erklærer at ville betale begravelsen.
- En kommune eller staten.

Den, der får udleveret boet, hæfter ikke for afdødes gæld (heller ikke husleje), men er forpligtet til at dække udgifterne ved begravelsen.

2. Udlæg til efterlevende ægtefælle

Hvis den afdøde efterlader sig en ægtefælle, kan skifteretten vælge at udlægge boet til ægtefællen. Det kræver, at værdien af ægtefællernes samlede nettoformue ikke overstiger 950.000 kr. (2026).

Alle beløb, der kommer til udbetaling ved dødsfaldet, også livsforsikringer og engangsydelser i pensionssager, skal medregnes. Det er også en forudsætning, at ægtefællen 'vedgår arv og gæld' – det vil sige at ægtefælle står inde for alle forpligtelser, den afdøde måtte efterlade sig. Hvis afdødes bo viser sig at være insolvent (boets passiver overstiger aktiverne), vil boet som oftest blive behandlet ved bobestyrer, se punkt 6.

3. Uskiftet bo

Hvis der kun er fællesbørn i ægteskabet, har en efterlevende ægtefælle altid ret til at sidde i uskiftet bo.

Har afdøde børn, der ikke er fællesbørn (særbørn), og som er myndige, skal disse børn derimod give tilladelse, hvis ægtefællen ønsker at sidde i uskiftet bo. Desuden er det nødvendigt, at ægtefællerne har haft fælleseje, og at ægtefælle vedgår arv og gæld.

Man kan råde en ægtefælle til ikke at sidde i uskiftet bo, f.eks.:

- hvis kapitalforsikringer kommer til udbetaling,
- hvis der er specielle skattemæssige forhold,
- hvis den efterlevende ægtefælle forventes at ville gifte sig igen.

4. Privat skifte

For at kunne gennemføre et privat skifte, er betingelserne:

- at samtlige arvinger er enige om at anmode om privat skifte,
- at boet forventes at være solvent (aktiver skal kunne dække gæld),
- at mindst en af arvingerne er myndig og solvent
- at afdøde ikke ved testamente har udelukket privat skifte,
- at afgørende forhold i øvrigt ikke taler imod et privat skifte.

I forbindelse med udlevering af boet til privat skifte skal der indleveres åbningsstatus (en opgørelse over den afdødes aktiver og passiver på dagen for dødsfaldet) og evt. boopgørelse.

Ved denne skifteform skal arvingerne ikke vedgå arv og gæld. Men hvis arvingerne helt eller delvist har delt boets aktiver uden at have opfyldt de pligter, der kan kræves dækket i boet, hæfter arvingerne personligt og solidarisk for gælden. Almindeligt indbo og personlige effekter kan dog deles forinden.

5. Forenklet privat skifte

I mindre boer er der mulighed for et forenklet privat skifte, hvilket har den fordel, at der ikke – som tilfældet er ved privat skifte – skal indsendes en egentlig boopgørelse. I forbindelse med boets udlevering skal der blot udarbejdes en opgørelse over boets aktiver og passiver. Ved denne skifteform skal alle arvinger være myndige, og boet ikke må udløse boafgift (se næste side).

6. Behandling ved bobestyrer

Skifteretten kan udlevere et bo til behandling ved bobestyrer. Er arvingerne ikke enige om at skifte privat, eller er ingen af arvingerne myndige, vil denne skifteform blive valgt.

Hvis boet ikke er solvent, skal boet også behandles ved bobestyrer. Skifteretten beslutter, hvilken autoriseret bobestyrer, der skal behandle boet, men arvingerne enige, kan de som regel få indflydelse på valget.

BOAFGIFTEN

Ved de boer, der er omtalt under 4. *Privat skifte* og 6. *Bobestyrer*, kan der blive tale om betaling af boafgift til staten. Ved de øvrige boer betales ingen boafgift. Dog kan livs-, ulykkes-, eller kapitalforsikringer være boafgiftspligtige, uanset på hvilken måde boet behandles. Boafgiftens størrelse er afhængig af arvingernes slægtsforhold til afdøde. Ægtefæller og registrerede partnere er fritaget for betaling af boafgift, og det samme gælder almenyttige institutioner.

Arvinger i den nærmeste familie:

Boet skal betale en boafgift på 15 % af arv, når arven overstiger et bundfradrag på 392.000 kr. (2026).

Bemærk: Fra 1. januar 2027 vil nærmeste familie også indbefatte afdødes halv- og helsøskende, men ikke deres børn (nevøer eller niecer).

Arvinger uden for den nærmeste familie:

Boet skal derudover betale en tillægsboafgift på 25 % af det beløb, der fremkommer, når boets nettoformue er fratrasket boafgiften på 15 %. Det giver en boafgift på 36,25 %.

HÆFTE FOR AFDØDES GÆLD SAMT PROKLAMA

Skiftes boet enten som 1. *Boudlæg*, 4. *Privat skifte* eller 5. *Forenklet privat skifte*, hæfter arvingerne ikke for afdødes gæld. Ved 2. *Ægtefelleudlæg* samt 3. *Uskiftet bo* hæfter ægtefællen for afdødes gæld.

Skifteretten indrykker et såkaldt 'proklama' (offentlig opfordring til kreditorer om dødsbo) i Statstidende, og proklama er obligatorisk ved alle skifteformer undtagen 1. *Boudlæg*.

I proklamaet opfordres afdødes kreditorer til senest otte uger efter annoncerens offentliggørelse at anmelde deres krav over for boet. Det sker via Skifteportalen (se side 41).

Er der i boet midler til betaling af de anmeldte kreditorer, kan et privat eller forenklet skifte uden videre fortsætte. Er der derimod ikke midler nok, skal arvingerne – for at undgå personlig hæftelse – anmode skifteretten om, at boet tages under behandling ved bobestyrer.

Retsafgift

Ved boets behandling skal der betales en retsafgift til skifteretten, undtagen ved 1. *Boudlæg*, 3. *Ægtefelleudlæg* og 3. *Uskiftet bo*.

- Ved 4. *Privat skifte* og 5. *Forenklet privat skifte*) eller ved 6. *Bobestyrer*, betales 1.500 kr.
- Ved 4. *Privat skifte* eller ved 6. *Bobestyrer* betales yderligere 9.000 kr., hvis arvebeholdningen overstiger 1,5 mio. kr.

DIGITAL ARV

Når nogen dør, efterlades i mange tilfælde en del sociale profiler, som ikke bliver lukket ned automatisk. Det er en god idé at forsøge at få afsluttet denne del af afdødes liv også.

Ved hjælp af *Min sidste vilje* på www.minsidstevilje.nu kan viljeskriver indtaste brugernavne og adgangskoder, således at de efterladte kan få adgang til ens digitale liv, og man kan også her tilkendegive hvad der skal ske med ens efterladte sociale profiler.

På **Facebook** og **Instagram** har man to muligheder: Afdødes side kan omdannes til en mindeside eller man kan få slettet siden. Det er en god idé at udpege en eftermælekontakt på ens Facebook-profil. Denne person kan så handle begrænset på afdødes vegne og enten lave profilen om til en mindeside eller slette profilen.

På **LinkedIn** kan pårørende anmode om at få slettet en afdøds konto.

I **Googles** univers og på det sociale medie **X** kan pårørende få adgang til afdødes konto og ad den vej få den lukket ved at sende kopi af dødsattest og eget billed-ID.

Har man produkter fra **Apple**, hvor der benyttes et Apple-ID, kan man vælge en arvekontakt og give denne en adgangskode (kan gemmes på www.minsidstevilje.nu). Dermed kan man tilgå data på iCloud og de forskellige enheder. Har en person ikke valgt en arvekontakt inden dødsfaldet, skal pårørende have apple-ID og kodeord for at kunne slette data.

Læs mere om den digitale arv og find links til de respektive mediers hjælpesider på www.bedemand.dk/digital-arv.



SORG OG OMSORG

At miste et menneske, man har været knyttet til, vil skabe en reaktion. Sorgen kan have mange facetter og forløber meget individuelt. Der findes ikke en entydig beskrivelse af eller formel for, hvordan et menneske reagerer eller bør reagere i sorgen.

Selvom et dødsfald kan beskrives som forventet eller sker som enden på et langt levet liv, er det sjældent muligt at forberede sig helt på sin egen eller andres reaktion. Sker et dødsfald uventet og pludseligt, kan der opstå en følelse af afmagt og angst i den efterladte. I den situation kan det være svært at handle rationelt eller finde klarhed til at tage beslutninger, og det er derfor nødvendigt med god tid og omsorg fra andre.

For de fleste kommer erkendelsen af tabet gradvist, og sorgen kan føles dybere og mere påtrængende, som dagene går. Måske forstår den efterladte tabet på et intellektuelt plan men endnu ikke på det følelsesmæssige. For nogle vil dødsfaldet være så stort et chok, at alt går i stå og en reaktion udebliver.

Sorg er en reaktion

For den sorgramte er det værdifuldt, at de pårørende viser styrke til at være sammen med den sorgramte om det, der er og det, der opstår.

Som sorgramt er det mere givende at blive spurgt og mødt med interesse end at blive tilbudt forudindtagne holdninger eller færdige løsninger.

Som pårørende til en sorgramt kan det også være svært at adskille, hvad der er den sørgendes behov og hvad der er ens eget behov for at trøste, fordi det er en svær situation at være i. Sig gerne højt, hvad man som efterladt føler eller ønsker.

Sorg kan beskrives som den proces, hvor man stille og roligt og i sit eget tempo lærer at leve uden den, man har mistet og det, relationen betød for én. Det betyder, at der er mange nye opgaver, der skal accepteres og forstås. Det er opgaver af både praktisk og mental karakter.

På det praktiske plan skal den sorgramte måske tilegne sig nye vaner, færdigheder og ansvarsområder. På det mentale plan handler det om både at skulle sige farvel, men også at forstå, at det er vigtigt at lade mindet leve videre og få sin plads. På den måde er sorgprocessen fuld af modsætninger og udfordringer. Både den sorgramte og de pårørende må acceptere, at der ikke findes en fast model for sorgens retning og at det kræver mod at leve med netop denne uvished.

SORGSTØTTE

I sorgen kan der opstå komplikationer, der kræver ekstra opmærksomhed. Det kan vise sig ved, at den efterladte ikke kan sove eller finde ro, oplever tiltagende angst, har mange skyldtanker eller mister lysten til selv at leve. Opstår disse tegn, er det vigtigt at tilbyde mere støtte og opfordre den efterladte til at søge professionel hjælp.

Som pårørende til sorgramte er det vigtigt at have mod til at være med i sorgprocessens mange stader. Det gør man bedst ved at vælge at have tid til at lytte, spørge og måske være til praktisk hjælp. Man viser omsorg ved at være interesseret og rummelig.

Det er hårdt at sørge og derfor er det lige så naturligt, at den sorgramte indimellem ikke har kræfter til at sørge, men bare vil holde 'fri fra sorgen' en stund. Støt dette, velvidende at det ikke betyder, at sorgen så er væk.

En efterladt med en kompliceret sorg kan få støtte og hjælp f.eks. psykologhjælp (se nedenfor) eller under Nyttige kontakter på side 52.

TILSKUD TIL PSYKOLOGHJÆLP

Den offentlige sygesikring giver tilskud til behandling hos psykolog efter en pårørendes dødsfald. Ved pårørende forstås den nærmeste familie, dvs. ægtefælle/samlever, søskende og børn. Stedforældre og halvsøskende vil også normalt være omfattet.

Man kan få tilskud til behandling hos en psykolog, der har overenskomst med sygesikringen. Man kan få støtte til op til 12 konsultationer. Det er den pårørendes egen læge, der henviser til psykolog og søger tilskud i den pårørendes region.

Man kan blive henvist op til seks måneder efter dødsfaldet (i nogle tilfælde op til 1 år). Sygesikringens tilskud svarer til 60 % af psykologens honorar.

Sygeforsikringen Danmark giver også tilskud til behandling hos psykolog, hvis man er medlem af sygeforsikringens gruppe 1, 2 eller 5. Læs mere på www.sygeforsikring.dk/tilskud/psykologhjælp.

Under Nyttige kontakter på side 52 kan du finde links til forskellige steder, du kan få hjælp til at håndtere sorgen.



NYTTIGE KONTAKTER

ATP

Tlf. 7011 1213
www.atp.dk

Forsikringsoplysningen

Tlf. 4191 9110
www.forsikringsoplysningen.dk

Dansk Center for familier & sorg

Tlf. 3961 2451
www.familierogsorg.dk

Kræftens Bekæmpelses Rådgivningscenter

Tlf. 8030 1030
www.cancer.dk

Landsforeningen Mistet barn

Tlf. 6169 7871
www.mistetbarn.dk

Landsforeningen Nefos – netværket for selvmordsramte

Tlf. 6312 1226
www.nefos.dk

Landsforeningen for efterladte efter selvmord

Tlf. 7027 4212
www.efterladte.dk

Lønmodtagernes Dyrtidsmidler

Tlf. 7013 1377
www.ld.dk

Skifteretter i Danmark

www.domstol.dk

Skat – Dødsboafdelingen

Tlf. 7222 2822
www.skat.dk

Udbetaling Danmark

Tlf. 7012 8083

Familieydelse, tlf. 7012 8062

www.borger.dk

Ældre Sagen

Tlf. 3396 8686
www.aeldresagen.dk

Flere af ovenstående kan tilgås via
www.mistetvedselvmord.dk

Telefonrådgivninger

Børnetelefonen

Tlf. 3555 5559 og tlf. 116 111
www.bornetelefonen.dk

Forældretelefonen

Tlf. 3555 5557
www.bornsvilkar.dk

Kræftlinjen

Tlf. 8030 1030
www.cancer.dk

Livslinien

Tlf. 7020 1201
www.livslinien.dk

Sct. Nicolai Tjenesten

Tlf. 7012 0110
www.kirkenskorshaer.dk

Sind-linjen

Tlf. 7023 2750
www.sind.dk

Sorglinjen

Tlf. 7020 9903
www.sorgcenter.dk

Ung på Linje

Tlf. 7012 1000
www.urk.dk/upl

Hjemmesider

Begravelse/bisættelse

www.skovbegravelse.nu
www.danskskovbegravelse.dk
www.km.dk – søg 'askespredning'

Ved anmeldelse af dødsfald

www.personregistrering.dk
www.borger.dk
www.sogn.dk

Tag stilling

www.organdonor.dk
www.minsidstevilje.nu

Økonomi og jura

www.elysium.dk
www.sygeforsikring.dk
www.skat.dk

Sorgprocessen

www.sorgcenter.dk
www.sorgvejviser.dk
www.skyggeboern.dk

Digital arv

Tilgå links via

www.bedemand.dk/digital-arv

[illegible]

STIKORDSREGISTER

Abort	20
Advokat	40
Anmodning om begravelse ..	17, 19, 21, 41
Arbejdsskadeforsikring	36
Arv	39
Askespredning og -deling	17, 23
ATP	33
Balsamering	19
Bank og pengeinstitutter	28
Bedemand	16
Begravelsen	23
Begravelseshjælp	22, 30, 36
Begravelsesfrist	18
Begravelsesmyndighed	17, 23
Begravelsesopsparing	37
Beklædning til afdøde	11, 16
Boafgift	46
Bobestyrer	28, 43, 45
Bobehandling	41
Borgerlig begravelse	17, 23, 31
Boudlæg	44
Børn, når et barn dør	20
Børnesum	34
Digital arv	47
Digital postkasse	18, 29, 42
Donation af organer og legeme	12
Dyrtidsportioner	34
Dødsanmeldelse	18
Dødsattest	10, 19, 47
Dødsfald	10, 17
Dødfødt	20
Efterløn	33, 35
Efterlevelseshjælp og -pension	32
Elysium Begravelsesopsparing	37
Feriepenge	35
Folkekirken	17, 24, 31
Folkeregister	18
Forsikringer	28, 35, 44
Fællesgrav	26, 32
Gravsteder	26
Gravsten	26
Gruppelivsforsikring	35
Gæld, afdødes	41, 46
Hjernerødskriteriet	11
Hjertedødsriteriet	11
Hjemtransport fra udlandet	18
Højtidelighed	13, 16, 25
Ikke-religiøs ceremonier	17, 23, 31

Jordfæstelse	25
Jordpåkastelse	25
Kirkegårde	17, 20, 24, 26
Koordinator	16
Kommunal begravelse	31
Kremering	15, 17, 19, 23, 31
Legalisering	19
Ligpas	19
Loddeattest	19
Min sidste vilje	6, 18, 24, 41, 47
Mindesammenkomst	16, 27
Mindesten	36
Notartestamente	40
Nødtestamente	41
Obduktion	10, 13
Organdonation	12
Privat jord, grav	24
Privat skifte	43, 45
Proklama	43, 46
Præst	16, 23, 24, 26
Psykologhjælp	22, 51
Rejseforsikring	19
Religiøs begravelse	16, 23, 24, 31
Retsafgift	43, 47
Ritualer og traditioner	15, 24
Skat	16, 28, 33, 45
Skifteformer	41, 43
Skifteretten	18, 28, 32, 41
Skovbegravelse	17, 24
Sorg	21, 49
Sorgorlov	22
Sygeforsikringen Danmark	36, 51
Søskende	21, 46, 51
Testamente	6, 18, 39
Tilskud	22, 29, 51
Tvangsarv	39
Udlandet, død i	18
Udsyngning	16
Ukendtes grav	26
Uskiftet bo	43
Vedligeholdelse af gravsted	26
Vidnetestamente	40
Zinkkiste	19
Ægtefælleudlæg	43
Økonomi	16, 28, 31
Økonomisk støtte	22
Åbningsmøde	41