



Quando alguém próximo de si morre

Informação prática, orientação e
assistência



Gostaríamos de apresentar as nossas sentidas condolências, a si, à sua família e aos amigos que foram afetados por esta triste perda. Reconhecemos a dor e a angústia que é sentida após a morte de um ente querido.

A morte pode acontecer em qualquer momento da vida. Por vezes é esperada, devido a doença ou idade. Outras vezes, acontece de repente, sem qualquer aviso.

Este folheto abrange informação prática e orientação após um falecimento, relevante para todos e, também, procedimentos específicos relativos a determinadas circunstâncias. Encontra-se incluída informação sobre dor e luto, que acreditamos o(a) irá ajudar nas semanas e meses seguintes. Irá encontrar neste folheto informações de contacto de organizações locais de apoio ao luto, caso precise de mais orientação e ajuda.



Índice

Página

Informação prática e orientação

Pessoas que podem ajudar	4
Verificação e certidão de óbito	4
Cremação	5
Doação de órgãos e tecidos	5
Registo de um óbito	5
Agência funerária	7
Preparação do funeral	7
Exames <i>post mortem</i> autorizados (hospital)	8
Se o médico legista estiver envolvido	9
Pertences	10
Pessoas / organizações a informar	11
Contactos úteis	12

Assistência própria e a terceiros durante o luto

Que sentimentos e pensamentos pode ter e sentir após a morte de um ente querido?	14
Como pode o seu comportamento mudar em consequência do luto?	15
Como poderá lidar com o luto?	16
O que pode ajudar?	16
Ajudar alguém que está de luto	17
Apoio local ao luto	19
Informação do Centro de Assistência Social e de Saúde de Belfast	21



Informação prática e orientação

Pessoas que podem ajudar

Quando alguém morre, há muitas decisões a tomar, preparativos a realizar e lidar com os aspetos práticos pode ser esmagador. Poderá achar útil procurar ajuda noutra pessoa, como um familiar ou alguém fora da família em quem confie.

Se o seu ente querido tiver morrido em casa, existe um número de pessoas que poderá ajudá-lo(a) e dar-lhe a informação de que precisa, por exemplo, o seu médico de família, a enfermeira, o assistente social/comunitário, ou um representante de grupo religioso.

Se o seu ente querido tiver morrido no hospital, terá disponíveis vários serviços de assistência, incluindo assistentes sociais e capelães. O departamento de serviço social pode oferecer conselhos e assistência prática. Os capelães oferecem aconselhamento, conforto e assistência religiosa a familiares, bem como a doentes. Estes serviços são confidenciais, não julgam e estão disponíveis para todos. Os capelães também podem contactar com as comunidades religiosas dos doentes/famílias, se assim lhes for pedido. Os membros do pessoal irão contactar com o assistente social ou capelão antes de se ir embora, se necessário.

Verificação e certidão de óbito

Quando o seu ente querido morreu, um médico ou enfermeira informou-o(a) (verificou) que ocorreu o óbito.

Se o médico conhecer o historial médico da pessoa, poderá ser fornecida imediatamente uma certidão médica da causa do óbito. Contudo, poderá haver um atraso na receção devido a:

- Ocorrência do óbito durante o fim de semana, noite ou feriado e o médico de serviço desconhecer o seu ente querido
- Se o médico precisar de orientação por parte do médico legista



Em determinadas circunstâncias, os óbitos são comunicados ao médico legista e poderá ser necessário um exame *post mortem*. Consulte “Se um médico legista estiver envolvido”, na página 9 para obter mais informação.

Precisa da certidão médica da causa do óbito para registar o óbito. É aconselhável que verifique as informações aí presentes a fim de se certificar que nome, data de nascimento, morada, etc. estão corretos, uma vez que tal evita atrasos na conservatória do registo civil.

Cremação

Informe o pessoal médico ou a sua agência funerária caso esteja a planear que seja realizada uma cremação. Tal requer que um segundo médico confirme a causa do óbito e preencha um formulário de cremação. Ser-lhe-á informado o custo adicional deste serviço.

Doação de órgãos e tecidos

Algumas pessoas optam por aderir ao registo de doadores ou ter um cartão de doador de órgãos/tecidos. Na sua ausência, o parente mais próximo pode consentir que sejam doados os órgãos/tecidos quando alguém morre. Caso saiba que o seu ente querido gostaria de doar os seus órgãos ou tecidos, ou se isto é algo que deseja considerar em seu nome, informe o pessoal da enfermaria, o médico de família ou a enfermeira. Atualmente, é necessária uma autorização do parente mais próximo para a doação de órgãos/tecidos. Por vezes, uma condição médica ou causa/local do óbito poderá impedir que uma pessoa possa ser doadora.

Em algumas áreas hospitalares, por exemplo, na Unidade de Cuidados Intensivos, poderá ser abordado(a) quanto à doação de órgãos ou tecido.

Registo de um óbito

Quando tiver sido emitida uma certidão médica da causa do óbito, este deverá ser registrado e deverá ir buscar um formulário de enterro à conservatória. Tal tem de acontecer no prazo de 5 dias úteis e antes de ocorrer o funeral.



Onde devo registar?

Os números de telefone e informações de contacto encontram-se listados nas Páginas Amarelas em “Registo de Nascimentos, Óbitos e Casamentos”. Pode registar o óbito na conservatória mais próxima da residência ou do local de nascimento do seu ente querido.

Quem pode registar?

- Qualquer familiar que saiba as informações necessárias
- Uma pessoa presente no momento do óbito
- Uma pessoa que esteja a tratar dos preparativos do funeral
- O executor ou administrador da herança
- Uma pessoa a viver na ou responsável pela habitação aquando da ocorrência do óbito
- Uma pessoa que encontre o corpo ou uma pessoa que assuma a responsabilidade pelo corpo

O que é preciso para registar?

- A certidão médica da causa do óbito
- O nome completo (mais apelido de solteira e nome completo do marido no caso de uma mulher casada ou viúva)
- Estado civil
- Data e local de nascimento
- Data e local da morte e morada habitual
- Ocupação (e ocupação do marido no caso de uma mulher casada ou viúva)
- No caso de uma criança de pais casados, o nome completo e ocupação do pai. Se os pais não forem casados, o nome completo e ocupação da mãe
- O nome e morada do médico de família
- Informação sobre qualquer pensão, excetuando uma pensão do estado, que o seu ente querido possa ter tido.



Após o registo, a Conservatória irá entregar-lhe:

- **GRO 21** – um formulário que autoriza o enterro ou a cremação
- **Formulário 36** – um formulário requerido pela Segurança Social relativo a benefícios

Não existe qualquer custo por registar um óbito, mas recomenda-se que compre algumas cópias certificadas da certidão de óbito, uma vez que as empresas de seguro, etc. irão pedir uma prova do óbito. Consulte “Pessoas/organizações a informar” na página 11.

Agência funerária

Irá precisar dos serviços de uma agência funerária. A maioria das agências funerárias encontra-se disponível 7 dias por semana e fornecem um serviço de 24 horas durante todo o ano. Poderá já ter escolhido uma agência funerária, caso não o tenha feito, irá encontrar informações nas Páginas Amarelas sob 'Agências Funerárias'.

As agências funerárias irão ajudá-lo(a) com muitas das tarefas que têm de ser realizadas quando alguém morre. Também o(a) irão ajudar a preparar o funeral. Irão transferir o seu ente querido do local do óbito para a casa funerária e depois para casa, caso seja esse o seu pedido. Também o(a) ajudarão caso precise de comprar uma sepultura, publicar um comunicado num jornal e tratar das flores.

Se o seu ente querido morreu no hospital, o corpo poderá inicialmente ser mudado para a casa mortuária do hospital. A agência funerária irá contactar o pessoal da casa mortuária e arranjar uma hora para a liberação do corpo. Isto apenas pode ocorrer depois da certidão médica da causa do óbito ter sido preenchida ou do médico legista ter dado permissão.

Preparação do funeral

Se o óbito ocorrer durante o fim de semana, num feriado ou se o médico legista

estiver envolvido, poderá haver um atraso. Não marque a data e hora do funeral até ter a certidão médica da causa do óbito ou a autorização do médico legista.



Poderá ter tido a oportunidade de falar com o seu ente querido sobre os seus desejos para cremação ou enterro e o tipo de serviço fúnebre que gostaria de ter. Alternativamente, o advogado poderá ter esta informação num testamento ou escrito em separado.

As crianças ou jovens na família que eram chegadas à pessoa, poderão gostar de estar envolvidas no planeamento ou cerimónia fúnebre. O folheto da Agência “Quando alguém próximo de si morre: Um guia para falar com e apoiar crianças” irá ajudá-lo nesta situação.

Se assim o desejar, um ministro, padre ou representante de grupo religioso irá ajudá-lo(a) a planear e preparar o funeral e fornecer-lhe assistência emocional e espiritual.

Os funerais são dispendiosos e algumas pessoas contribuem para um plano de pagamento para suportar o custo do seu funeral. Caso se encontre ao abrigo de determinados benefícios, poderá qualificar-se para ajuda financeira. A conservatória, o seu assistente social ou agência funerária podem fornecer-lhe mais informação.

Exames *post mortem* autorizados (hospital)

O médico poderá ter-lhe pedido que considere um exame *post mortem*. Tal não serve para descobrir a causa do óbito - tal já se encontrará declarado na certidão médica da causa de óbito - mas poderá ajudar a determinar a natureza e a extensão da doença do seu ente querido e aumentar o conhecimento médico sobre ela. O parente mais próximo deverá dar o consentimento antes do hospital proceder ao exame *post mortem*. Ocorrerá logo após o óbito e, mais tarde, terá uma reunião com o médico de família que lhe explicará o que descobriu.



Se o médico legista estiver envolvido

Existem ocasiões em que, por motivos legais, o óbito precisa de ser comunicado ao médico legista. Por exemplo, quando o óbito é súbito, quando a causa é desconhecida ou quando ocorre imediatamente após cirurgia.

Em alguns casos, o médico legista poderá decidir pedir um exame *post mortem*. Este irá ocorrer logo após o óbito. A família será informada, mas a sua autorização não é necessária. Será contactado(a) por um funcionário com ligação ao médico legista ou funcionário com ligação familiar que o irá apoiar ao longo do tempo de envolvimento do médico legista. Ser-lhe-á fornecido o folheto “Exame *post mortem* do Médico Legista: Informação para os Familiares”. O seu médico de família marcará uma reunião para lhe explicar o que foi descoberto.

Não marque a data do funeral até ter autorização do médico legista. Será informado de como obter o formulário necessário que autoriza o enterro ou a cremação.

Se desejar repatriar o seu ente querido para enterro ou cremação, deverá ser dada autorização pelo médico legista. O custo de repatriação não será abrangido pelo Centro.



Pertences

Quando alguém morre num local que não seja a sua própria casa, como por exemplo, um hospital ou lar, poderá haver bens pessoais ou roupas a ser recolhidas. Também poderá haver equipamento a ser devolvido da casa de família.

Objetos a recolher

Recolher os bens pessoais pode ser uma experiência difícil. Poderá optar por levar tudo consigo antes de se ir embora ou voltar mais tarde.

O pessoal da enfermaria/lar dar-lhe-á informações sobre quaisquer bens valiosos que o seu ente querido tivesse guardados em segurança pelo Centro e, se aplicável, o número de contacto do banco que os tem.

O dinheiro é sempre devolvido em cheque, normalmente através do seu solicitador. Cada caso é diferente e a devolução pode ser atrasada devido a requisitos legais, por exemplo, quando um testamento requer a respetiva legitimação. O Centro atuará o mais rapidamente possível, pelo que agradecemos a sua paciência.

Objetos a devolver

A enfermeira tratará da remoção de equipamento, como camas elétricas, guindastes e registos de doente. Ele/a irá informá-lo(a) acerca da devolução segura de medicamentos não utilizados na farmácia local.

A remoção de outro equipamento, como cadeiras de rodas, auxiliares de banho e de caminhada, etc. pode ser tratada, contactando o departamento de terapia ocupacional.



Pessoas / organizações a informar

É necessário informar uma grande lista de pessoas e organizações quando alguém morre. Esta lista irá ajudá-lo(a) a determinar as pessoas relevantes a notificar - nem todas se aplicam a todos os casos. Um familiar ou amigo chegado poderá ajudar.

O contacto precoce irá ajudar a evitar a complicação das cartas, telefonemas e que os serviços de abastecimento/equipamento continuem a funcionar nas semanas e meses seguintes:

- Médico de família / enfermeira / ajuda ao domicílio / centro de cuidados diurnos
- Outros profissionais de cuidados de saúde (ex.: oculista, dentista, podólogo, etc.)
- Fornecedor de ajudas / equipamentos / abastecimentos médicos
- Qualquer hospital que a pessoa frequentasse
- Solicitador – contacte antes do funeral a fim de verificar se existe um testamento que declare o desejo da pessoa quanto ao enterro ou cremação
- Serviço de Previdência ao Luto da Segurança Social - em relação à comunicação de um óbito, verificação de elegibilidade de benefício e pedido de benefícios de luto e/ou pagamento de funeral pelo fundo social
- Ministério do Trabalho e Pensões - em relação ao estado da reforma
- Escola / Instituições de educação superior
- Empregador / organização sindical / pensão empresarial
- Banco / sociedade imobiliária / Correios / Cooperativa de crédito / empresa de cartão de crédito / conselheiro financeiro
- Sociedade Hipotecária / Responsáveis Imobiliários / senhorio
- Seguradora (pessoal, agregado familiar, veículo - se for o segundo condutor no seguro, já não será abrangido pelo mesmo)
- Administração Fiscal
- DVLNI (Autoridade de Licenciamento de Condução e Veículos da Irlanda do Norte)
- Translink, em relação a passe de viagem / Departamento de passaportes
- Despesas públicas – gás / eletricidade / telefone / empresas de telemóveis
- Emissores de bilhete sazonal

- Empresas de catálogo.



Contactos úteis

Conservatórias

Os números de telefone das conservatórias locais encontram-se listados nas Páginas Amarelas sob “Registo de Nascimentos, Óbitos e Casamentos”

Agências funerárias

Poderá encontrar informações sobre agências funerárias nas Páginas Amarelas.

Serviço de Luto

Número de telefone gratuito 0800 085 2463

Contacte este serviço para:

- Comunicar um óbito à Agência de Segurança Social
- Verificar se tem direito a benefícios/ajuda financeira
- Apresentar um pedido de benefícios de luto ou pagamento de funeral do fundo social.

Administração Fiscal

Os números de telefone dos centros de consulta locais encontram-se listados na Agenda Telefónica, na secção de Listas Empresariais.

Autoridade de Licenciamento de Condução e Veículos da Irlanda do Norte

County Hall

Coleraine BT51 3TB

Tel.: 0845 402 4000



Departamento de Emissão de Passaportes de Belfast

Hampton House
47-53 High Street
Belfast BT1 2QS
Tel.: 0844 448 5156

Parar com correio não solicitado

Contacte www.the-bereavement-register.org.uk para parar toda a receção de correio não solicitado/lixo.



Assistência própria e a terceiros durante o luto

Perder um ente querido é uma das experiências emocionais mais difíceis que podemos ter na vida. A dor e o luto que se seguem parecem, por vezes, completamente avassaladores. O luto é muitas vezes considerado como um sentimento, mas ele inclui um espectro de sentimentos e afeta a forma como pensamos e nos comportamos. O luto, por vezes, continua muito depois da morte que o despoletou. Apesar de extremamente doloroso, o luto é uma resposta normal a qualquer perda e é uma forma de nos ajudar a sarar. Enquanto a vida pode nunca mais voltar a ser a mesma, o luto ajuda-nos a reajustarmo-nos e a lidar com a vida sem o nosso ente querido.

Que sentimentos e pensamentos poderá ter após a morte do seu ente querido?

As pessoas que passaram pela morte de alguém próximo, por vezes descrevem que sentem algum ou todos os sentimentos e pensamentos seguintes:

- Choque, entorpecimento ou descrença, especialmente logo de seguida, quando as pessoas reportam que sentem dificuldade em aceitar ou acreditar no que aconteceu
- Angústia e desespero, que podem ser acompanhados por uma dor real e mágoa, assim que a realidade da perda se entranha
- Raiva e irritabilidade e a dúvida associada de "Porque tinha isto de acontecer?"
- Inquietação ou agitação, que são alguns dos efeitos secundários físicos do luto
- Saudade ou ânsia pela pessoa que morreu. Esta parte normal do luto está, muitas vezes, associada ao pensamento de que podiam ter visto ou ouvido a pessoa que morreu e, apesar de ser uma experiência perturbadora, não deve causar preocupação
- Solidão, mesmo quando se encontra rodeado de pessoas

- Culpa, pelas coisas que podem, ou não, ter dito ou feito. Também poderá haver um sentimento de culpa por ainda estarem vivos enquanto o ente querido morreu, ou por se sentirem aliviados após um ente querido ter morrido como consequência de uma longa doença ou sofrimento



- Preocupação ou medo pelo que se segue
- Tristeza profunda, pois sentem falta do ente querido.

Como pode o seu comportamento mudar em consequência do luto?

A forma de expressar os sentimentos varia de pessoa para pessoa, mas é muito normal que os sentimentos mudem de repente, sem aviso. Algumas pessoas referem-se a isto como sendo "uma montanha-russa emocional". Outras pessoas descrevem também como o seu comportamento mudou. Por exemplo, pessoas que normalmente gostavam de sair podem começar a evitar a família e os amigos. O desejo de falar constantemente sobre o ente querido pode mudar, não sendo sequer capaz de referir o seu nome. Algumas pessoas sentem-se reconfortadas por estarem num sítio que associam ao seu ente querido, enquanto outras evitam esses locais por ser demasiado doloroso.

O luto afeta não só o bem-estar emocional de alguém, mas também pode ter impacto na saúde física. Poderá notar alterações no seu sono ou apetite. É normal que se sinta cansado(a), muitas vezes devido às emoções intensas e ao stress vivido. Enquanto isto pode aumentar a sua necessidade de dormir, poderá sentir o sono perturbado e dificuldade em ter uma noite de descanso sem interrupções. Muitas vezes as pessoas comunicam o seu medo de adormecer, porque acordar é como voltar a estar abandonado. O seu sono deverá melhorar com o tempo e por vontade própria, mas se lhe causar preocupações, fale com o seu médico ou outro profissional de saúde, que lhe poderá fornecer mais ajuda e aconselhamento.

Outras alterações que poderá notar :

- Fadiga ou cansaço
- Estar mais sujeito a constipações ou pequenas doenças
- Perda de entusiasmo nas suas atividades normais
- Esquecimento e dificuldade de concentração.



Como poderá lidar com o luto?

Cada pessoa irá lidar com o luto de forma única e é importante que saiba que não existe uma forma “correta” de o fazer: por exemplo, os membros da mesma família podem responder à mesma morte de formas diferentes. Tal também pode levar a que as relações dentro da família se tornem tensas. Com frequência, as pessoas querem saber durante quanto tempo devem fazer o luto. Isto irá variar de pessoa para pessoa e o ajuste ao luto poderá demorar. Os seus sentimentos também podem fluir e refluir. Poderá reparar que inicialmente estará ocupado(a) com tarefas, como preparativos do funeral, estar com visitas ou a resolver os assuntos legais e práticos do seu ente querido. Depois disto, poderá reparar que começa a sentir-se pior em vez de melhor. Tal também é muito normal, pois poderá ser que só nesse momento sofra o impacto total do luto.

A sua experiência e resposta ao luto poderá ser influenciada pela sua cultura, comunidade espiritual ou grupo de fé. Por exemplo, poderá acreditar numa vida depois da morte e achar as cerimónias religiosas ou fúnebres reconfortantes. Igualmente, também poderá não ter crenças religiosas e poderá querer marcar a morte de uma forma muito individual, por exemplo, tendo um encontro de lembranças num local que era especial para a pessoa que morreu.

O que pode ajudar?

Poderá descobrir que consegue lidar com a situação sozinho(a), contudo, poderá precisar do apoio de outras pessoas. Esta ajuda provém da nossa família e amigos, de outras fontes como comunidade local ou grupo espiritual, ou talvez de um profissional de cuidados de saúde/sociais. Apesar de poder apreciar algum tempo sozinho(a), poderá ser útil evitar o afastamento de outras pessoas. Manter o contacto pode ter diferentes formas, como falar pessoalmente ou por telefone. Procurar apoio prático e/ou emocional não é um sinal de fraqueza.

É importante tirar algum tempo para si mesmo(a). Voltar às atividades normais

poderá ajudá-lo(a) a restabelecer a sua rotina. É importante comer refeições



regulares e ter o repouso adequado para que o seu corpo continue a funcionar. Estes passos irão ajudá-lo(a) a sentir que tem mais controlo. Podem ser benéficas outras atividades, como fazer exercício ligeiro ou algo relaxante, como tomar banho ou ouvir música calma.

Algumas das sugestões seguintes também podem ajudar:

- Dê tempo a si mesmo(a) para fazer o luto. Lembre-se que momentos especiais, como aniversários ou Natal podem intensificar os sentimentos de luto pela pessoa que morreu. Poderá beneficiar de apoio extra nestes momentos
- Se tiver vontade de chorar, não se coíba de o fazer. Esta é uma forma normal de libertar os seus sentimentos e não é um sinal de fraqueza
- Poderá ser útil não apressar a tomada de decisões sobre os pertences ou objetos pessoais do seu ente querido
- Poderá ser útil atrasar grandes decisões, como mudar de casa, evite fazer alterações antes de ter tido tempo ou espaço suficiente para as considerar por completo
- Tente evitar depender de substâncias como álcool, medicamentos ou drogas
- À medida que o tempo passa, terá a certeza de que quaisquer preocupações relativas a esquecer-se do seu ente querido não têm qualquer fundamento e que estas serão sempre uma parte importante da sua vida e memórias. Lembranças, como fotografias ou outros bens, podem ser dolorosos de ver no início, mas podem fornecer muito conforto no futuro
- Se, ao longo do tempo, a intensidade dos seus sentimentos e emoções continuar a afetar a sua vida quotidiana, não hesite em contactar o seu médico de família.

Ajudar alguém que está de luto

Com frequência, as pessoas preocupam-se com o facto de poderem dizer algo errado a alguém que sofreu uma perda e podem evitar referir a morte ou fazer qualquer referência



à pessoa que morreu. Com frequência isto mostra que uma pessoa está a tentar ser atenciosa, mas é importante lembrar-se que a pessoa de luto pode sentir-se sozinha e a sua preocupação poderá ajudá-lo(a) a sentir-se cuidado(a). Pode ser útil parar antes de falar e pensar como a pessoa que está a fazer o luto irá ouvir o que está a pensar dizer: por exemplo, algumas pessoas poderão achar a frase “ele foi para um sítio melhor” mais irritante do que reconfortante. Com frequência é útil lembrar-se que simplesmente ouvir pode ser a coisa mais útil a fazer.

Outras formas de apoiar podem incluir:

- Reconhecer a morte, por exemplo, enviando um cartão ou uma carta, ou dando as suas condolências pessoalmente
- Passar algum tempo com a pessoa que está de luto, mas verifique se ela precisa de estar sozinha. O apoio que lhe pode dar pode ser emocional, por exemplo, ouvindo quaisquer preocupações que possa ter ou memórias/histórias da pessoa que morreu, ou prático, por exemplo, pode oferecer-se para fazer algumas tarefas, como cozinhar ou servir uma refeição
- Compreender que se a pessoa está a expressar fortes sentimentos, como raiva ou irritabilidade, pode não desejar magoá-lo(a)
- Respeitar que essa pessoa possa ter crenças religiosas ou culturais específicas que diferem das suas
- Lembrar-se de momentos significativos, como aniversários ou aniversários de casamento, pode ser reconfortante para a pessoa que está a fazer o luto. A sua atenção pode ser necessária muito após o funeral
- Cumpra qualquer oferta de apoio, contudo, esteja ciente de que o apoio necessário e a sua capacidade de o fornecer pode mudar ao longo do tempo
- Tenha consciência do impacto que o luto pode ter sobre si.
Lembre-se de que não há problema em reconhecer e cuidar das suas próprias necessidades.



Apoio local ao luto

Cruse Bereavement Care

8 Prince Regent Commercial Centre

Belfast BT5 6QR

T: (028) 9079 2419

E: northern.ireland@cruse.org.uk

W: www.cruseni.org

Um conjunto de serviços de luto, incluindo assistência e aconselhamento de voluntários de apoio ao luto, folhetos de apoio e linhas telefônicas de ajuda . Linha de ajuda: 0844 477 9400

Cruse Youth Services T: 0808 808 1677 e www.rd4u.org.uk

Remember our Child T: (028) 9079 7975 E: rememberourchild@cruse.org.uk

FAMILY TRAUMA CENTRE (CENTRO DE TRAUMA FAMILIAR)

1 Wellington Park Belfast

BT9 6DJ

T: (028) 9020 4700

Serviço especialista para avaliação e tratamento psicológico de crianças e jovens traumáticamente enlutadas e suas famílias. Clínicas disponíveis regionalmente.

LIGHTHOUSE

187 -189 Duncairn Gardens

Belfast BT15 2GF

T: (028) 9075 5070

E: info@pipsproject.com

Ajuda para aqueles que foram afetados pelo suicídio e automutilação.



LIFELINE

T: 0808 808 8000

W: www.lifelinehelpline.info

Linha de ajuda para aconselhamento disponível 24 horas/7 dias por semana para pessoas em crise ou angústia. Acesso imediato a avaliação, aconselhamento e apoio gratuitos. A Lifeline também aceita chamadas de amigos e prestadores de cuidados que procurem ajuda para entes queridos e de profissionais que estejam a encaminhá-los para terceiros.

SAMARITANOS

5 Wellesley Avenue,

Belfast BT9 6DG

T: (028) 9066 4422

E: jo@samaritans.org

W: www.samaritansbelfast.org

Suporte emocional, sem julgamento, confidencial, disponível 24 horas/ 7 dias por semana, para pessoas que estejam a passar por momentos de angústia, solidão ou desespero.

WAVE

5 Chichester Park South

Belfast BT15 5DW

T: (028) 9077 9922

E: admin@wavebelfast.co.uk

W: www.wavetraumacentre.org.uk

Serviços como proteção, psicoterapia/aconselhamento, conselhos/bem-estar, oportunidades de formação, terapias complementares para alguém traumatizado ao longo “dos problemas”.

Aviso

Esta secção destina-se a agir como um guia para o conjunto de apoios e informações disponíveis,

tanto local como regionalmente. A inclusão de uma organização ou serviço não constitui ou implica necessariamente qualquer aval ou recomendação pelo Belfast Health and Social Care Trust. A informação encontra-se correta no momento da impressão.



Informação do Belfast Health and Social Care Trust

O Belfast Health and Social Care Trust tem uma página de luto no seu website público. Fornece informação contida neste folheto e outras nas séries. O endereço web é: www.belfasttrust.hscni.net

Nós, no Belfast Trust, esforçamo-nos em compreender e aprender a partir das experiências dos nossos doentes e dos seus familiares. Se desejar fazer um comentário em relação a qualquer aspeto dos cuidados recebidos, contacte:

Heather Russell

Coordenador de Luto do Centro

heather.russell@belfasttrust.hscni.net

Tel.: 028 9063 3904

Se não estiver satisfeito com algum aspeto do cuidado recebido e desejar apresentar uma queixa, contacte:

Gestor de encaminhamento de reclamações / ligação ao paciente

McKinney House

Musgrave Park Hospital

Stockmans Lane

Belfast

BT9 7JB



Notas



BT13-924
atualizado em nov. 2013

