



عکس: کانی فرید، یوزر

# ۸. پیر شدن در سوئد

## فهرست مطالب

سالخورده شدن

فعالیت و مزایا برای سالمندان

حقوق بازنشستگی

مراقبت و نگهداری از سالمندان Äldreomsorg

در صورت وقوع مرگ

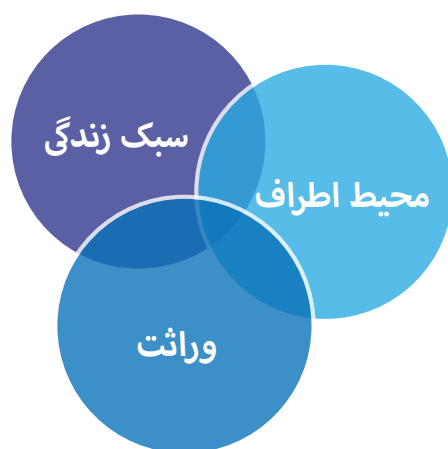
قانون ارث

## سالخورده شدن

طول عمر در زندگی بالاست. متوسط طول عمر در سوئد ۸۲ سال است. متوسط طول عمر برای زنان ۸۴ سال و برای مردان ۸۰ سال است.

بالا رفتن متوسط طول عمر به معنی افزایش نسبی تعداد سالمندان نیز هست. بر متوسط طول عمر حدود یک سال در هر دهه، اضافه می‌شود. در حال حاضر هیچ نشانه‌ای برای توقف روند افزایش متوسط طول عمر در سوئد وجود ندارد. ۱۸ درصد جمعیت ۱۰ میلیون نفری سوئد سنشان بالای سن بازنشستگی یعنی ۶۵ سال است. ۳۰ درصد جمعیت سوئد در سال ۲۰۳۰ بالای ۶۵ سال خواهند بود.

این که شما تا چه سنی عمر می‌کنید به عوامل مختلفی بستگی دارد. عوامل بیولوژیکی که از پدر و مادر و خویشاوندان خود به ارث برده اید بر روی طول عمر شما تاثیر می‌گذارد. شرایط زندگی شما و محیط اطراف نیز در این مورد تاثیرگذار است. پیر شدن تغییرات زیادی را دربر دارد، هم تغییرات جسمی و هم تغییرات روانی و اجتماعی. شما نمی‌توانید عوامل موروثی بدن خود را تغییر دهید، اما با تغییر روش زندگی می‌توانید



بر روند سالخورده‌گی خود تاثیر بگذارید.

سازمان بهداشت عمومی عواملی را که برای پیر شدن سالم تر مردم اهمیت دارند در چهار گروه معرفی می‌کند:

- تحرک بدنی
- عادات غذایی خوب
- تعلق اجتماعی
- اشتغال پر معنی/احساس مورد نیاز و مهم بودن

شما در جوانی خود بر روی تندرستی ایام سالخوردگیتان تاثیر می‌گذارید. استعمال دخانیات، عادات غذایی بد، استرس، عدم وجود تحرک بدنی، مواد مخدر و مشروبات الکلی همگی برای ما زیان آورند. خوردن غذای صحیح و ورزش کردن در تمام زندگی می‌تواند به تندرستی شما در زمان سالمندی کمک کند و طول عمر شما را افزایش دهد.

## تغییرات جسمی

تغییرات جسمی ناشی از بالا رفتن سن تا چهل سالگی محسوس نیست، اما پس از آن نمایان می‌شود. ژن (دی ان ای) موجود در سلول‌ها پیر شدن بیولوژیکی ما را در سطوح مختلف بدن تعیین می‌کند. روند پیر شدن، یعنی این که چه زمانی و به چه صورت پیر شویم، در بین افراد مختلف متفاوت است. برخی از مردم خیلی زود مویشان سفید و صورتشان چروکیده می‌شود، بعضی دیرتر.

با گذشت زمان و افزایش سن، ما به طور کلی کوتاه‌تر و سبک‌تر می‌شویم و بدنمان نیز خشک‌تر می‌شود. کاهش سوخت و ساز در بدن باعث افزایش احتمال از دست دادن آب بدن می‌شود. از همین رو مهم است که آب بنوشید.

کاهش سوخت و ساز در بدن و تحرک کمتر باعث می‌شود که نیاز غذایی سالمندان نیز کمتر شود. از همین رو کیفیت غذا و وجود مواد مغذی و ویتامین‌ها و نیز املاح معدنی در آنها از اهمیت خاصی برخوردار است.

سالمندان در مقایسه با جوانان به نور بیشتری برای دیدن احتیاج دارند و از همین رو مهم است که روشنایی و نور منزلشان خوب باشد. با بالا رفتن سن، درک صداهای زیر و تشخیص گفتار در محیط‌های پر سر و صدا دشوارتر می‌شود.



عکس: یونز

برای افراد مسن، حفظ تعادل مشکل تر است و از همین رو آسانتر زمین می‌خورند. اقدامات زیادی وجود دارد که با انجام آنها در منزل می‌توان احتمال وقوع حوادث را کاهش داد. برای مثال می‌توان با برداشتن فرش‌ها و پاشنه درها از افتادن افراد جلوگیری کرد.

در مقایسه با جوانان، افراد سالمند به دلایل مختلف حساسیت بیشتری به داروها دارند. بدن سالمندان دارای چربی بیشتر و آب کمتری است. از همین رو بعضی از داروها که در چربی حل می‌شوند، مدت بیشتری از زمان درنظرگرفته شده در بدن می‌مانند.

## تغییرات روانی

مغز انسان هم با گذر زمان تغییر می‌کند. تعداد سلول‌های مغزی کمتر شده و مغز کوچک تر می‌شود، اما کارکرد مغز به طور کلی تغییر نمی‌کند. بخش بزرگی از قدرت حافظه تا مدت زیادی نامتغیر است و انسان تا سنین بسیار بالا به طور چشم گیری ذخیره واژگان و دانش عمومی خود را حفظ می‌کند.

خطر ابتلا به زوال عقل یا دمنس با سن افزایش می‌یابد. اما بد شدن حافظه حتما به معنی ابتلا به این بیماری نیست. این که فراموش کنیم عینک و یا کلید خود را کجا گذاشته ایم نمونه‌هایی از فراموشی سالم است، اما فراموش کردن این موضوع که عینک و کلید داریم و گم شدن در مکانهایی که پیش از این برایمان آشنا بوده، نشانه‌هایی از فراموشی ناشی از بیماری هستند.

هم تحرک بدنی و هم فعالیت ذهنی مفید هستند. مغز انسان در تمام طول عمر آماده یادگیری است و این یادگیری از طریق کلمات، تصاویر، موسیقی، بازی، شوخی، حیوانات و تماس با دیگران صورت می‌گیرد. قدرت فراگیری چیزهای جدید هرگز در مغز از بین نمی‌رود، اما یاد گرفتن چیزهای جدید در سنین بالا به زمان بیشتری احتیاج دارد.

مغز نسبت به بسیاری از داروها و بیش از همه داروهای اعصاب و روان مانند داروهای آرام بخش و خواب آور حساس تر می‌شود. این حساسیت در مورد داروهای دارای مرفین که بسیاری از مسکن‌ها را دربر می‌گیرد، نیز صدق می‌کند.

## تغییرات اجتماعی

سن بازنشستگی از دوره‌ای آغاز می‌شود که شما شاید برای نخستین بار می‌توانید بطور کامل در مورد ساعات زندگی خود تصمیم بگیرید. تعداد زیادی از افراد مسن پس از ۶۵ سالگی و سن بازنشستگی نیز به کار کردن ادامه می‌دهند و بسیاری نیز به کارهای غیر انتفاعی و بدون حقوق مشغول می‌شوند.

کیفیت زندگی و داشتن یک زندگی مطلوب در سنین بالا بستگی دارد به درک ما از وضعیتی که در آن به سر می‌بریم و این که ما چگونه آن را قابل فهم و کنترل کرده و به آن معنی می‌بخشیم. تحقیقات نشان داده که روابط اجتماعی برای بهبود کیفیت زندگی مهم است و مسائلی چون فعال بودن، احساس اهمیت کردن و ارتباط با مردم از جمله دست آوردهای این روابط است.

## فعالیت‌ها و مزایا برای سالمندان

فعالیت‌ها و مزایای زیادی برای سالمندان وجود دارد. بسیاری از انجمن‌ها فعالیت‌هایی را برای بازنشستگان سازمان دهی می‌کنند. یکی از این انجمن‌ها سازمان سراسری بازنشستگان (PRO) است.

در بسیاری از کمون‌های سوئد استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی در ساعاتی از شبانه روز برای سالمندان رایگان است.

اگر مسن هستید و به علت معلولیت جسمی قادر نیستید از وسایل حمل و نقل عمومی استفاده کنید، می‌توانید خدمات رفت و آمد دریافت کنید. در این صورت می‌توانید به جای اتوبوس و تراموا با هزینه‌ای کمتر با تاکسی رفت و آمد کنید. جهت استفاده از خدمات رفت و آمد باید در کمون محل زندگی خود برای دریافت آن تقاضا کنید. در این صورت بایستی یک گواهی پزشک نیز که در آن قید شده که شما نمی‌توانید از وسایل حمل و نقل عمومی استفاده کنید ارسال نمایید.



عکس: ماتیلدا کارلسون، کمون یوتبوری

برای رفت و آمد در محدوده کمون خودتان معمولاً می‌توانید از اتوبوس‌هایی به نام فلکس لاینه (Flexlinje) استفاده کنید. این اتوبوس‌ها کوچک هستند و کف آن‌ها با پیاده رو هم سطح است و سوار و پیاده شدن با صندلی چرخ دار و رولاتور از آنها آسان تر است. این نوع اتوبوس می‌تواند بر خلاف اتوبوس‌های عادی در محلی نزدیک تر به منزل شما توقف کند. مسیر و طول سفر این اتوبوس‌ها هر بار تغییر می‌کند، زیرا آنها تنها به مکانهایی می‌روند که در آنجا کسی اتوبوس سفارش داده باشد.

## حقوق بازنشستگی

حقوق بازنشستگی پولی است که در سالمندی و وقتی که به کارکردن خاتمه می‌دهید، دریافت خواهید کرد. میزان حقوق بازنشستگی متفاوت است و به حقوق قبلی شما، مدت کار کردن و پس انداز شخصی‌تان بستگی دارد.



عکس: ماگنوس گلانس (Magnus Glans)

شما حقوق بازنشستگی خود را از منابع مختلف دریافت می‌کنید. بخشی از سازمان بازنشستگی به صورت حقوق بازنشستگی همگانی و بخشی نیز از کارفرمای خود به عنوان حقوق بازنشستگی خدمتی. شما می‌توانید پس انداز بازنشستگی شخصی نیز داشته باشد. حقوق‌های بازنشستگی مختلف تاثیری بر یکدیگر ندارند بلکه روی هم گذاشته می‌شوند و جمعاً حقوق بازنشستگی شما را تشکیل می‌دهند.

زمان بازنشستگی را خود شما تعیین می‌کنید. هر چه دیرتر بازنشسته شوید، مقدار حقوق بازنشستگی ماهانه شما هم بیشتر خواهد شد. زودترین موعد برداشت بخشی از حقوق بازنشستگی عمومی از ۶۱ سالگی است، اما شما می‌توانید تا ۶۷ سالگی کار کنید. برای ادامه کار، شما می‌توانید با کارفرمای خود به توافق برسید.

میزان برداشت از حقوق بازنشستگی به انتخاب شماست. می‌توانید هر ماه از ۲۵ تا ۱۰۰ درصد حقوق خود را برداشت کنید. شما بطور مثال می‌توانید نصف حقوق بازنشستگی خود را برداشت کرده و بطور نیمه وقت به کار کردن ادامه دهید.

## حقوق بازنشستگی همگانی

همه افرادی که در سوئد زندگی و کار کرده اند از حقوق بازنشستگی همگانی برخوردارند. این حقوق دولتی است و توسط سازمان بازنشستگی (Pensionsmyndigheten)، پرداخت می‌شود. برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانید به سایت [www.pensionsmyndigheten.se](http://www.pensionsmyndigheten.se) مراجعه کنید. اگر در باره حقوق بازنشستگی همگانی خود پرسشی دارید می‌توانید با سازمان بازنشستگی از طریق تلفن و یا گرفتن وقت و ملاقات حضوری تماس بگیرید.

هر سال که کار یا تحصیل می‌کنید و یا مرخصی والدین دارید، مبلغی برای بازنشستگی خود پس انداز می‌کنید. حقوق بازنشستگی همگانی از حقوق بازنشستگی بر مبنای درآمد و پس انداز بازنشستگی تشکیل شده که به درآمد شما بستگی دارد. اگر هیچ درآمدی نداشته اید و یا مقدار آن کم بوده می‌توانید حقوق بازنشستگی تضمینی دریافت کنید.

### • حقوق بازنشستگی بر مبنای درآمد.

دریافتی شما بابت حقوق بازنشستگی بر مبنای درآمد، به میزان درآمد شما بستگی دارد. هر ساله شما ۱۶ درصد از درآمد یا حقوق خود را بابت بازنشستگی پرداخت می‌کنید. علاوه بر حقوقی که از کارفرمای خود می‌گیرید، حقوق ایام بیکاری و مریضی، کمک هزینه توانخواهی و حقوق مرخصی بچه داری نیز به عنوان درآمد حساب می‌شوند.



منبع: سازمان بازنشستگی

- پس انداز بازنشستگی یا **Premiepension**. هر ساله ۲/۵ درصد از حقوق یا درآمد شما بابت پس انداز در صندوق‌های سهام پرداخت می‌شود. این پس انداز بازنشستگی نامیده می‌شود. صندوق‌های سهام از اوراق بهادار یا سهام تشکیل شده و شما خودتان صندوق‌های سهام برای سرمایه گذاری پول هایتان را انتخاب می‌کنید. میزان پولی که در آینده از پس انداز بازنشستگی دریافت می‌کنید به مقدار پول پرداختی و چگونگی رشد اوراق بهادار و سهام صندوق سهام که پول هایتان را در آن قرار داده اید، بستگی دارد.
- **بازنشستگی تضمینی**. بازنشستگی تضمینی برای افرادی ست که فاقد درآمد حاصل از کار بوده یا درآمدشان اندک باشد. برای دریافت بازنشستگی تضمینی کامل باید به مدت حداقل ۴۰ سال در سوئد زندگی کرده باشید. اگر کمتر از ۴۰ سال در سوئد زندگی کرده باشید، حقوق بازنشستگی تضمینی شما کمتر خواهد شد. اگر حقوق بازنشستگی دیگری، مثلاً حقوق بازنشستگی بر مبنای درآمد داشته باشید نیز حقوق بازنشستگی تضمینی شما کاهش می‌یابد.



## حقوق بازنشستگی خدمتی Tjänstepension

حقوق بازنشستگی خدمتی بخشی از بازنشستگی شماست که توسط کارفرما پرداخت می‌شود. اغلب افرادی که استخدام هستند از حق دریافت حقوق بازنشستگی خدمتی برخوردارند. میزان حقوق بازنشستگی خدمتی شما به توافق‌های بین کارفرما و اتحادیه‌های صنفی بستگی دارد. کسی که تحصیل می‌کند، بیکار است و در محلی کار می‌کند که فاقد قرارداد دستجمعی است یا شغل آزاد دارد، حقوق بازنشستگی خدمتی دریافت نمی‌کند.

اگر شغل آزاد دارید خود شما باید وجهی بابت حقوق بازنشستگی خدمتی خود بپردازید. این وجه هزینه بیمه اجتماعی و یا egenavgift نامیده می‌شود.

## پس انداز بازنشستگی خصوصی

شما می‌توانید خودتان برای بازنشستگی‌تان پس انداز کنید. شما می‌توانید در یک بانک یا بیمه سهام یا شرکت بیمه بازنشستگی پس انداز کنید. میزان پس انداز ماهیانه و زمان آغاز پس انداز را خودتان انتخاب می‌کنید.

## حقوق حمایت از سالمندان

### Äldreförsörjningsstöd

در صورتی که میزان حقوق‌های بازنشستگی شما به مقدار کافی نباشد می‌توانید از حقوق حمایت از سالمندان Äldreförsörjningsstöd برخوردار شوید. اگر به سن ۶۵ سالگی تمام رسیده باشید و با وجود دریافت تمام حقوق و مزایای دیگر به سطح قابل قبولی از درآمد نرسیده باشید از حق دریافت حقوق حمایت از سالمندان Äldreförsörjningsstöd برخوردار هستید. همچنین در صورتی که به حمایت مالی سالمندان نیاز داشته باشید، سازمان بازنشستگان Pensionsmyndigheten موضوع پرداخت فوق العاده مسکن bostadstillägg به شما را بررسی می‌کند.

## فوق العاده مسکن برای سالمندان

فوق العاده مسکن، کمک هزینه فوق العاده است که به حقوق بازنشستگی عمومی افزوده می‌شود. از این رو تعیین میزان فوق العاده مسکن بستگی به عواملی مانند درآمد، دارایی و وضعیت خانوادگی شما دارد.

از سالی که ۶۵ ساله می‌شوید و تمام مبلغ بازنشستگی خود را دریافت می‌کنید می‌توانید برای فوق العاده مسکن تقاضا نمایید. شما این درخواست را می‌توانید بدون توجه به نوع مسکن و حتی اگر صاحب این مسکن هستید انجام دهید.

برای اطلاع بیشتر به پایگاه اینترنتی سازمان بازنشستگان [www.pensionsmyndigheten.se](http://www.pensionsmyndigheten.se) مراجعه کنید.

## مهاجرت به خارج از کشور با حقوق بازنشستگی

به هر کشوری که مهاجرت کنید شما می‌توانید حقوق بازنشستگی بر مبنای درآمد، پس انداز بازنشستگی، حقوق بازنشستگی خدمتی و حقوق بازنشستگی خصوصی خود را به مدت نامحدود دریافت کنید. اما ممکن است که نتوانید حقوق بازنشستگی تضمینی خود را نگاه دارید. البته این امر بستگی دارد به این که به کدام کشور مهاجرت کنید و از چه مزایای دیگری برخوردار باشید. اگر حقوق بازنشستگی تضمینی دریافت می‌کنید، در صورت مهاجرت به یکی از کشورهای اتحادیه اروپا و یا اتحادیه اقتصادی اروپا، سوئیس و در برخی موارد کانادا نیز می‌توانید آن را دریافت نمایید. در صورت مهاجرت به خارج حق دریافت حمایت مالی گذاران سالمندان را نخواهید داشت.

## مراقبت و نگهداری از سالمندان Äldreomsorg

وقتی که فردی پیر می‌شود برای انجام امور روزمره احتیاج به کمک دارد. در سوئد سالمندان نیازمند به این کمک، طبق قانون حق دارند آن را دریافت کنند. در حالی که در سایر کشورها بیشتر معمول است که خانواده و خویشاوندان از سالمندان نگهداری کنند، در سوئد این وظیفه بر عهده جامعه است. خانواده و خویشاوندان معمولاً در زندگی سالمندان نقش دارند. قانون خدمات اجتماعی و قانون خدمات بهداشتی و درمانی قوانینی هستند که روند خدمات مراقبت و نگهداری از سالمندان را تعیین می‌کنند.

مسئولیت مراقبت از سالمندان، از جمله تماس با پزشکان و مراقبت‌های پزشکی اورژانس با کمون و یا شورای استان است. این مراقبت به روش‌های گوناگون در نقاط مختلف سوئد اجرا می‌شود. برای درخواست دریافت خدمات مربوط به مراقبت و نگهداری از سالمندان توسط کمون

باید با واحد ویژه این امر در دفتر خدمات اجتماعی کمون تماس بگیرید. یک کارمند مسئول رسیدگی به امور مربوط به کمک به سالمندان به پرونده شما رسیدگی کرده و در مورد حق شما برای دریافت این کمک و میزان آن تصمیم می‌گیرد.

هدف این خدمات این است که سالمندان زندگی مطلوب و مستقلی داشته باشند و احساس امنیت و آسایش کنند. آنان باید به فعالیت‌های مفید همراه با دیگران نیز دسترسی داشته باشند.

## مسکن

بسیاری از افراد مسن مایلند که تا آنجا که ممکن است در خانه خود زندگی کنند و امروزه با کمک خدمات عمومی موجود و وفق دادن مسکن سالمندان امکانات زیادی برای برآوردن این خواست وجود دارد. کمون می‌تواند با ارائه مراقبت‌های لازم و خدمات درمانی، به شما کمک کند تا در خانه خود زندگی کنید. این خدمات، خدمات در منزل یا *hemtjänst* نامیده می‌شود.

کارکنان خدمات در منزل به شما مثلاً در نظافت، خرید مواد غذایی، مرتب کردن تختخواب، دوش گرفتن و تراشیدن ریش کمک می‌کنند. شما می‌توانید عصرها و شب‌ها نیز کمک دریافت کنید. اگر دچار بیماری یا صدمه‌ای باشید پرستار برای پانسمان یا کمک برای مصرف دارو به خانه شما می‌آید.

در بسیاری از کمون‌ها کارکنانی نیز وجود دارند که برای تعمیرات ساده و مختصر به افراد کمک می‌کنند. گاهی اوقات به این نوع کمک‌ها، خدمات تعمیراتی یا *fixarservice* گفته می‌شود. کارکنان خدمات تعمیراتی می‌توانند مثلاً تابلو نصب کرده یا پرده‌ها را برایتان عوض کنند. هدف از این خدمات این است که از افتادن و آسیب دیدن سالمندان جلوگیری شود.

اگر احساس می‌کنید نمی‌توانید در خانه زندگی کنید امکانات دیگری برای اسکان شما وجود دارد.

**مسکن بزرگسالان (Seniorboende) و مسکن امن (trygghetsboende)** مساکنی هستند که با وضعیت سالمندان تطبیق داده شده‌اند. برای مثال پاشنه‌های در در این خانه‌ها کوتاه‌تر هستند و عرض آسانسورها بیشتر است. معمولاً شرط نقل مکان به مسکن بزرگسالان این است که مستاجر مورد نظر ۵۵ سال را پر کرده باشد. برای زندگی در مسکن امن سن شما باید بیشتر باشد. برای زندگی در مسکن سالمندان و یا مسکن امن اجازه کمون لازم نیست. شما به خواست خود این خانه را اجاره می‌کنید و یا می‌خرید.

خانه سالمندان یا *Servicehus* مسکن‌های ویژه‌ای هستند که به کمون تعلق دارند و سالمندان در آنجا آپارتمان اجاره می‌کنند. پیش از این که فردی به خانه سالمندان نقل مکان کند، نیازهای آن شخص بررسی می‌شود. شخص سالمند می‌تواند برای دریافت کمک جهت نظافت، آشپزی و یا غیره در خانه سالمندان هزینه‌ای را پردازد.

**مسکن ویژه *Särskilt boende* و یا مسکن گروهی *Gruppboende*** مساکنی هستند متعلق به مراکز بهداشت و درمان برای افراد مسنی که نیاز بسیار به مراقبت و نگهداری دارند. برای دریافت جا در مسکن ویژه، شخص باید نیازهای پزشکی و اجتماعی بیشتری داشته و محتاج مراقبت‌های شبانه روزی باشد.

## در صورت وقوع مرگ

وقتی که خویشاوند مسنی در خانه می‌میرد باید با مراکز پزشکی تماس گرفته شود. گاهی جسد به بیمارستانی منتقل می‌شود تا در آنجا یک پزشک، فوت فرد را تایید کند. در صورت وجود خواست‌های ویژه، برای مثال با توجه به رسوم مذهبی، باید این موضوع را با کارکنان مرکز پزشکی در میان بگذارید.

بستگان سپس می‌توانند با یک کشیش، حاخام، امام و یا نماینده هر مذهب دیگری تماس بگیرند. آنان می‌توانند با این شخص برای مراسم خاکسپاری بنا به رسوم مذهبی مربوطه تصمیم گرفته و برنامه ریزی کنند. بد نیست که با دفتر گورستان نیز تماس بگیرید و از یک شرکت کفن و دفن بخواهید تا در امور مربوط به خاکسپاری به شما کمک کند.

### مراسم خاکسپاری

در سوئد معمولاً خویشاوندان و دوستان نزدیک فرد درگذشته در مراسم خاکسپاری او شرکت می‌کنند. رسم بر این است که خواست شخص متوفی در مورد نوع تدفین برآورده شود. این خواست ممکن است که در یک وصیت نامه نوشته شده باشد و یا این که شخص متوفی شفاها آن را بیان کرده باشد. بسته به دین فرد فوت شده نوع مراسم خاکسپاری نیز متفاوت است.

در سوئد معمولاً مراسم خاکسپاری در یک کلیسا یا یک عبادتگاه انجام می‌شود. کلیسای سوئد سرپرستی کفن و دفن در تمام سوئد به جز شهرهای استکهلم و ترانوس را بر عهده دارد. در این شهرها این مسئولیت با کمون است. این نکته در مورد تمام فوت شدگان بدون توجه به دین آنها صدق می‌کند.



عکس: بینی گولیتس، یونر

بستگان متوفا می‌توانند با نماینده امور کفن و دفن در کمون (begravningsombud) تماس بگیرند. این افراد از طرف استانداری انتخاب می‌شوند و وظیفه آنان این است که به خواست متوفا و بستگان وی در مورد کفن و دفن توجه شود. نماینده امور کفن و دفن باید ترتیبی بدهد که افرادی که عضو کلیسای سوئد نیستند کفن و دفنی مناسب داشته باشند. برای تماس با نماینده امور کفن و دفن، خویشاوندان می‌توانند به کمون، استانداری و یا جماعت مذهبی خود مراجعه کنند.

هیچ قانونی در مورد اجباری بودن تدفین وجود ندارد. اما طبق قانون جسد باید در یک تابوت قرار داده شود. در ضمن برای نحوه سوزاندن جسد و خاکسپاری خاکستر آن نیز قوانینی وجود دارد. سوزاندن جسد از طریق قراردادن جسد و تابوت در یک کوره جسدسوزی انجام می‌شود. در این کوره جسد و تابوت به خاکستر تبدیل می‌شوند و خاکستر در یک کوزه ریخته می‌شود. این کوزه سپس در یک قبر دفن می‌شود. خاکستر را می‌توان در محل بخصوصی در قبرستان نیز پخش کرد که به آن مکان یادبود (minneslund) می‌گویند. اگر کسی بخواهد خاکستر را مثلاً به دریا بریزد باید از استانداری مجوز دریافت کند.

در وبسایت کلیسای سوئد می‌توانید اطلاعات مربوط به گورستان‌های محل سکونت خود را پیدا کنید: [www.svenskakyrkan.se](http://www.svenskakyrkan.se)

در صورتی که بخواهید فرد درگذشته را در خارج از سوئد به خاک بسپارید شرکت‌های کفن و دفن می‌توانند جسد را در ازای هزینه‌ای به خارج انتقال دهند.

به طور معمول از درگذشت متوفا تا خاکسپاری بین یک تا دو هفته در سوئد طول می‌کشد. اگر خویشاوندان بخواهند می‌توان خاکسپاری را در

اسرع وقت پس از درگذشت متوفا انجام داد. طبق قانون سوئد متوفا باید ظرف یک ماه پس از فوت خاکسپاری شده و یا سوزانده شود.

داشتن تابوت باز در سوئد مرسوم نیست اما هیچ گونه مانع قانونی هم برای آن وجود ندارد.

همه در سوئد یک هزینه تدفین از طریق مالیات پرداخت می‌کنند. پرداخت این هزینه به ما این امکان را می‌دهد که از یک مکان، مثلاً یک عبادتگاه، برای مراسم تدفین استفاده کنیم. این هزینه همچنین حمل تابوت از آن مکان به قبرستان را نیز دربرمی‌گیرد.

در سوئد تقریباً ۸۳ درصد از مردم می‌خواهند که مراسم تدفینی در کلیسا داشته باشند. در این صورت یک کشیش مراسم تدفین را اجرا می‌کند. برای برگزاری مراسم تدفین کلیسایی فرد باید عضو کلیسای سوئد باشد. مراسم تدفین کلیسایی برای همه افرادی که عضو کلیسای سوئد هستند، رایگان است. مراسم تدفین کلیسایی می‌تواند در یک کلیسای آزاد، کلیسای کاتولیک و یا ارتودوکس نیز انجام شود.

مراسم تدفین غیر کلیسایی مراسمی است که فاقد بخش‌های مذهبی است. از این رو این مراسم تدفین، در کلیسا انجام نمی‌شود. این مراسم ممکن است در یک عبادتگاه در قبرستان، در یک باغ یا شاید در طبیعت انجام شود. یک نفر کارمند امور خاکسپاری، مراسم تدفین را اجرا می‌کند.

## قانون ارث

وقتی فردی فوت می‌کند قانون تعیین می‌کند چه کسی دارایی‌های متوفا را به ارث ببرد. این نکته حق ارث نامیده می‌شود و در قانون سوئد قید شده است.

اگر متوفا متاهل بوده کلیه دارایی او را همسرش به ارث می‌برد. فرزندان آنها بعد از فوت همسر متوفا، ارث می‌برند. طی این مدت همسر متوفا حق تصرف کامل در دارائی را دارد.

اگر متوفا با فرد دیگری فرزندان داشته باشد، آن فرزندان می‌توانند بلافاصله ارث ببرند. آنها همچنین می‌توانند تا فوت همسر بازمانده صبر کنند و بعداً ارث خود را دریافت کنند. اگر متوفا متاهل نبوده باشد فرزندان او کل دارائی را به ارث می‌برند. اگر فرزندی وجود نداشته باش-د، والدین یا خواهر و برادر متوفا ارث می‌برند.



عکس: Colourbox

وقتی که پدر و مادری که فرزند زیر ۱۸ سال دارند می‌میرند باید شخصی به عنوان قیم (god man) به این فرزند کمک کند. قیم کسی است که تلاش می‌کند تا حقوق کودک زیر پا نهاده نشود.

## مایملک متوفا

مایملک متوفا عبارت است از پول و کلیه دارائی‌هایی که از او به جا مانده است. خویشاوندانی که قرار است از متوفا ارث ببرند مشترکاً مالک مایملک متوفا هستند.

## تقسیم اموال، صورت برداری از ماترک متوفا و وراثت

اگر متوفا متاهل بوده و همراه با همسرش دارایی داشته باشد اول باید دارایی بین زوجین تقسیم شود. این کار تقسیم اموال گفته می‌شود. وقتی تقسیم اموال انجام شد، می‌توان ارث را تقسیم کرد.

صورت برداری از ماترک متوفا (bouppteckning) شامل تعیین دارایی‌ها و بدهی‌های او می‌شود. این امر باید طی سه ماه پس از فوت انجام شود و از نتیجه آن برای انحصار وراثت و تقسیم دارایی‌های متوفا استفاده می‌شود.

### وصیتنامه Testamente

وصیتنامه یک سند حقوقی است. تنظیم کننده وصیتنامه خود تصمیم می‌گیرد، چه کسی چه چیزی را ارث ببرد. اما استثناء نیز وجود دارد. وارثان بلافصل (فرزندان متوفا، نوه‌ها یا نبیره‌ها) همواره می‌توانند سهم قانونی ارث خود را طلب کنند.

تنظیم وصیتنامه مستلزم رعایت برخی مقررات است. مثلاً وصیتنامه باید کتبی باشد. دو نفر شاهد باید آن را امضاء کرده باشند. از این رو بهتر است، قبل از تنظیم وصیتنامه با یک حقوقدان مشورت شود.

افرادی که بدون ازدواج باهم زندگی می‌کنند (همزی یا sambo) از یکدیگر ارث نمی‌برند. اگر دو نفر که همزی هستند بخواهند از یکدیگر ارث ببرند باید وصیتنامه تنظیم کنند.



# پرسشهایی برای بحث، بخش ۸

افزایش تعداد نسبی سالمندان به نسبت دیگر گروه‌های سنی چه پیامدهایی برای یک کشور دارد؟

به نظر شما چه چیزهایی در داشتن یک زندگی مطلوب در سنین بالا مهم است؟

آیا به نظر شما در سوئد دید عمومی به سالمندان نسبت به آنچه شما به آن عادت دارید فرق می‌کند؟

برای بازنشستگی خود به چه چیزی باید فکر کنید؟

چه تفاوت‌ها و شباهت‌هایی بین خدمات نگهداری از سالمندان در کشور شما و سوئد وجود دارد؟

چه تفاوت‌ها و شباهت‌هایی بین مراسم خاکسپاری در کشور شما و سوئد وجود دارد؟

