

Velkommen til Seniortimen

«Tiden din er begrenset, så ikke kast den bort på å leve andres liv.

La deg ikke fange av fastlåste regler – altså å leve etter hva andre mennesker tenker.

Ikke la støyen fra andres meninger overdøve din egen indre stemme.

Og viktigst av alt – ha mot til å følge hjertet og intuisjonen din».

Steve Jobs



Hvem er jeg?

Siw Bergsås, 50 år, gift, tre voksne jenter, hund og bor i vakre Molde

Mangeårig banksjef – jeg har også jobbet med teknologi og innen konsulentbransjen

Driver eget selskap

Motiveres av at folk står stødig i egen økonomi og livssituasjonen rundt det

Mer kunnskap ut til folk



De vanskelige samtalene

Fremtidsfullmakt

Bosted og livsstil

Oppsummering



De vanskelige samtalene

Hva kan de handle om?



- Arv
- Balansen mellom å hjelpe og respektere selvstendighet
- Forvaltning av verdier
- Økonomiske disponeringer
- Forbruk
- Testamente
- Økonomisk hjelp til familiemedlemmer og andre
- Diskusjoner om hvem som bidrar mest eller minst
- Bosituasjon
- Personlig hygiene
- Økonomisk utnyttelse og press
- Helsesituasjon
- Rollebytte
- Snakke om døden
- Gamle historier og konflikter
- Kommunikasjon
- Fremtidsfullmakt

Hvorfor prate med pårørende?

- ✓ Dere får snakket sammen
- ✓ Tydelig kommunikasjon
- ✓ Forebygge misforståelser og konflikter
- ✓ Sikre at dine ønsker blir fulgt
- ✓ Styrke relasjoner
- ✓ Slippe å la det surre i hodet
- ✓ Trygghet for deg og pårørende

Men hva hvis du ikke har pårørende?



Fremtidsfullmakt



- En fremtidsfullmakt er et dokument som lar deg bestemme hvem som skal ta vare på dine interesser – økonomiske, praktiske, juridiske og personlige – hvis du en dag ikke lenger er i stand til å gjøre det selv på grunn av sykdom, svekket helse eller demens.
- Denne skriver du (fullmaktsgiver) mens du fortsatt er frisk og beslutningsdyktig, og den gir en eller flere personer du stoler på (fullmektiger) rett til å handle på dine vegne hvis du mister evnen til å ta egne beslutninger senere.

Hvorfor er fremtidsfullmakt lurt?

- Uten fremtidsfullmakt må pårørende søke om vergemål via via Statsforvalteren
- Mer selvbestemmelse for hvordan fremtiden din blir
- Du får tenkt gjennom hvordan du vil ha det og diskutert med pårørende
- Mindre byråkrati for dine nærmeste
- Trygghet for dine verdier og ønsker blir respektert
- Forebygger konflikter
- Gir økonomisk kontroll
- Relevant for alle aldre



Hvem skal du velge?

- Du kan velge akkurat den du vil
- Det viktigste er at dette er en person som du stoler på, og at personene/personene er noen som forstår dine verdier og ønsker



Hva kan en fremtidsfullmakt inneholde?

Økonomiske forhold

- Administrere bankkontoer og nettbank. Betale regninger, husleie, lån og forsikringer.
- Forvalte investeringer, aksjer, fond og pensjonsordninger.
- Inngå eller si opp økonomiske avtaler (for eksempel strøm, mobil, forsikring).
- Selge, kjøpe eller leie ut bolig, hytte, bil eller annen eiendom.
- Forvalte inntekter, arv, gaver eller lån.
- Kreve inn penger som tilkommer deg (NAV, pensjon, trygd, erstatning).
- Sørge for økonomisk støtte til ektefelle eller barn om det er aktuelt.
- Sørge for at skatter, avgifter og selvangivelse blir levert.

Juridiske forhold

- Representere deg overfor offentlige myndigheter (NAV, Skatteetaten, kommunen osv.).
- Føre korrespondanse med banker, forsikringsselskap og advokater.
- Underskrive juridiske dokumenter på dine vegne (kontrakter, søknader, oppsigelser).
- Klage eller anke på vedtak fra det offentlige.
- Samarbeide med advokat dersom det skulle oppstå rettslige spørsmål.
- Ivareta dine rettigheter i forbindelse med arv, bosted og eiendom.

Personlige forhold

- Hvor og hvordan du ønsker å bo (hjemme, omsorgsbolig, sykehjem osv.).
- Ønske om livssyn, rutiner eller aktiviteter som er viktige for deg.
- Hvem som skal besøke deg eller involveres i viktige avgjørelser.
- Ønsker om klær, utseende, hobbyer, musikk, eller sosiale aktiviteter.
- Sosiale medier og digital kompetanse – hvilken hjelp får jeg?
- Hvilke helse- og omsorgstjenester du ønsker.
- Ønske om å beholde husdyr, og hvordan de skal ivaretas.
- Hvilke verdier som bør styre valgene som tas på dine vegne
- Ønske om begravelsesform, gravsted eller minneseremoni.

Hvordan opprettes den?

- Fremtidsfullmakten har ikke like strenge formkrav som et testamente, men må inneholde en del spesifikk informasjon
- Det finnes mange maler på internett
- Fullmakten må være skriftlig, dateres og ha to vitner som fullmaktsgiver har godtatt. Vitners fødselsdato og adresse skrives på
- Fullmaktsgiver, fullmektig(e) og vitner skal signere fremtidsfullmakten, mens vitner er tilstede
- Vitner må være fylt 18 år, ikke være familie og forstå betydningen av underskriften
- Oppbevaring av fremtidsfullmakten
 - hjemme, i en bankboks, hos fullmektigen, hos advokat, eller hos andre man stoler på (gjerne flere)



Når trer den i kraft?

- Når fullmektig avgjør at tiden er inne
- Fremtidsfullmakten kan bekreftes av lege at fullmaktsgiver ikke lenger er i stand til å ivareta sine egne interesser (legeerklæring)
- Fullmektig informerer fullmaktsgiver og nærmeste pårørende at fullmakten trer i kraft
- Den som har fått fullmakten kan velge å sende den til Statsforvalteren for å få stadfestet ikrafttredelse



Kreves bekreftelse fra Statsforvalteren?

- Det finnes ikke noe system for oppbevaring av fremtidsfullmakter
- Statsforvalteren oppbevarer ikke fremtidsfullmakter på vegne av andre
- Statsforvalteren kan bekrefte at fremtidsfullmakten har trådt i kraft. Noen banker krever dette, og Kartverket ved salg av bolig. Da må legeerklæring og fremtidsfullmakt fremlegges.
- En fremtidsfullmakt vil tre i kraft og virke uten at Statsforvalteren har stadfestet den.
- Den som har fått fullmakt avgjør dette



Eksempel på fremtidsfullmakt

FREMTIDSFULLMAKT FOR NN

Undertegnede, NN NN, fnr. XXXXXXXX gir herved følgende personer fullmakt til i fremtiden å representere meg, og handle på mine vegne, dersom jeg på grunn av sinnsdelse, demens eller alvorlig svekket helsestand, ikke lenger er i stand til å ivareta mine egne interesser:

Fullmektigens navn: NN NN
Adresse: NN veg 4, 6415 Molde
fnr.: XXXXXXXXXX

Fullmektigens navn: NN NN
Adresse: NNVegen 37, 6415 Molde
fnr.: XXXXXXXXXX

Fullmaktens ikrafttredelse

Fullmakten trer i kraft fra det tidspunkt det foreligger erklæring fra min lege på at jeg ikke kan ivareta egne interesser. Fullmektigene i fellesskap har rett til å innhente legeerklæring om min helsestand, for å godtgjøre at jeg er ute av stand til å ivareta mine interesser. Mine fullmektige skal ved ikrafttredelse underrette meg (barn) om fullmaktens ikrafttredelse og om dens innhold.

Fullmektigens oppgaver

Mine fullmektige skal ivareta mine økonomiske interesser ved å betale mine løpende utgifter, levere skattemelding, sørge for at jeg får nødvendig oppfølging for mine helseutfordringer mv.

Fullmektigene skal på forespørsel fra (barn) redegjøre for økonomiske disposisjoner foretatt på mine vegne.

Disposisjonsfullmakt overfor bank

For å utføre sine oppgaver, gir jeg mine fullmektige fullmakt til å opprette betalingsavtaler og utføre banktjenester på mine vegne, herunder nettbanktilgang og BankID, med min bankforbindelse.

Fullmektigens oppgaver

Fullmektigens oppgaver er ikke begrenset, og omfatter generelt sett alle disposisjoner av økonomisk og personlig art som de finner nødvendig eller hensiktsmessig. Spesielt innebærer fullmakten blant annet følgende:

- 1) Fullmakten omfatter rett til å avhende min bolig (GnrXX/BrnrXXX/SnrXX) i NN NN veg 25 i Molde kommune). Oppgjøret plasseres på min konto og kan disponeres iht. denne fullmakt. Se testamentet for ytterligere detaljer. Fullmakten omfatter rett til å inngå salgspodrag med megler, godkjenne salgspapirer, akseptere bud, undertegne kontrakt og få utbetalt nettopproveny etter salg.
- 2) Handle på mine vegne i alle mine personlige forhold, samtykke til behandling av personopplysninger på mine vegne, være min nærmeste pårørende og ivareta rettigheter som nærstående etter helselovgivningen, herunder få innsynsrett til hele min pasientjournal.
- 3) Handle på mine vegne i alle mine økonomiske forhold av enhver art, herunder disponere bankkonti, betale regninger og andre utgifter for meg, inngå avtaler om nødvendige banktjenester, håndtere alle forsikringspørsml, ha ansvar for inntekter og besørge all skatterapportering. Fullmakten omfatter også å sørge for bursdags- og julegaver til

nærmeste familie (barn, barnebarn, svigerbarn, bror og svigerinne, og andre) i et rimelig omfang.

4) Sørge for at jeg får en god pleie og omsorg. Jeg ønsker å bo hjemme så lenge jeg kan, og vil at mine midler skal brukes til å tilrettelegge bolig, og om nødvendig kjøpe tjenester og behandlinger utover det jeg mottar fra det offentlige, så fremt dette er forvarlig i forhold til min økonomi og personlige helse.

5) Representere meg overfor alle kommunale og statlige etater som for eksempel NAV, helsevesenet, Brønnøysundregistrene og Skatteetaten, og det uavhengig av om representasjonen skjer ved fysisk oppmøte, telefonisk kontakt eller gjennom DigiPost, Altinn eller annen digital tilgang. Dette omfatter retten til å søke om tjenester og ytelser fra det offentlige, herunder søke sykehusplass når det ikke lenger er mulig for meg å bo hjemme, samt klage på vedtak på mine vegne.

6) Fullmektigene skal sørge for sletting av mine profiler på sosiale medier og rydde opp i mine digitale tilganger.

Gaveoverføringer/ arv

Ved gave til barn/barnebarn, skal mitt testament legges til grunn, slik at mottaker av aksjer og/eller eiendom samsvare med hvem som står som endelig arvenotatør av slik formuesgenstand iht. testamentet. Dersom det ikke foreligger et testament, skal verdiene fordeles likt mellom mine barn.

Andre forhold

- Vergemålsloven § 86 om inhabilitet gjelder ikke for fullmektigene dersom vedkommende er ektefelle eller arving etter lov eller testament.
- Fullmektigene kan kreve å få dekket utgifter i forbindelse med ivaretagelse av mine interesser.
- Fullmektigene har rett til innsyn i mitt testament.
- Fullmektigene kan søke Statsforvalteren om stadfesting av fullmakten.
- Undertegnede ønsker at fullmektige sørger for at jeg har tilstrekkelig økonomisk handlerom til å dekke utgifter som frisør, taxi, fotpleie, massasje, lege og medisin ved behov.

Molde, xx. xx 202x

Fullmaktsgivere

Som særskilt tilkalte vitner bekrefter vi herved at ovenstående fremtidsfullmakt i dag, mens vi begge var til stede samtidig, er undertegnet av fullmaktsgivere, og at hun vedkjente seg den som sin egen frivillig dersom hun i fremtiden ikke skulle være i stand til å ivareta sine egne interesser. Vi er ikke fullmektiger etter fullmakten og underskriver herved etter hans/hennes eget ønske, mens hun selv er til stede, og bekrefter at han/hun har opprettet fremtidsfullmakten av egen frivillig.

Molde, xx. xx 202x

Vitnets navn: xx.xx
Adr: XXvegen x, 6415 Molde
Fødselsdato: xxxx

Vitnets navn: xx.xx
Adr: XXvegen xx, 6415 Molde
Fødselsdato: xxxx

Bosted og Livsstil



- Bosituasjon – nå og i fremtiden
 - Trygghet og tilgjengelighet
 - Økonomi og forutsigbarhet
 - Livskvalitet og tilhørighet
- Livsstil – nå og i fremtiden
 - Aktivitet
 - Relasjoner og fellesskap
 - Mental trivsel
 - Kosthold og energi
 - Økonomisk trygghet og struktur
 - Livsverdier og identitet



Hvem har du i teamet ditt?



Helseskam kan dra dit pepper'n gror!!

Oppsummering



- Vanskelige samtaler
- Fremtidsfullmakt
- Bosted og Livsstil
- Ta kontakt ved spørsmål og hjelp

Takk for meg!

Ønsker du veiledning kan du sende mail til :

siw@pengaoglivet.no

Ring eller send meg melding på **99242790**

Eller snakke med meg nå etterpå!

**Penga
& Livet**

Følg meg gjerne
på digitale
plattformer

Facebookgruppa

Penga & Livet

Instagram

Snap

TikTok

YouTube

