



UK Government

**WAS ZU TUN
IST, FALLS
JEMAND
WÄHREND
DER COVID-
19-PANDEMIE
VERSTIRBT**

Diese Broschüre ist möglicherweise hilfreich für Sie, falls Sie jemanden während der Covid-19-Pandemie verloren haben.

Die Informationen betreffen Todesfälle durch Covid-19 sowie Todesfälle durch andere Ursachen. Dieser Leitfaden für Menschen, die in England leben, ergänzt die Informationen in der Broschüre ‚Was ist zu tun, wenn jemand stirbt‘ und unter **[gov.uk/when-someone-dies](https://www.gov.uk/when-someone-dies)**.

Diese Broschüre enthält wichtige Informationen, um hinterbliebenen Familien, Freuden oder nächsten Angehörigen zu helfen, wichtige Entscheidungen während dieses nationalen Notfalls zu treffen. Sie erklärt die nächsten Schritte, beantwortet Fragen und leitet Sie zu verfügbarer Hilfe und Unterstützung.

Sie beantwortet auch häufig gestellte Fragen, wenn jemand während der Covid-19-Pandemie verstirbt. Nähere Einzelheiten zu jedem Element finden Sie im Fortverlauf dieser Broschüre.

- **Können nach wie vor Bestattungen durchgeführt werden und wer darf ihnen beiwohnen?**

- o Bestattungen können nach wie vor unter Einhaltung der zurzeit geltenden Abstandsregeln durchgeführt werden. Das bedeutet, dass die Anzahl der Anwesenden einer Bestattung begrenzt werden muss. Weitere Ratschläge finden Sie in diesem Dokument und unter **[gov.uk/government/publications/covid-19-guidance-for-managing-a-funeral-during-the-coronavirus-pandemic/covid-19-guidance-for-managing-a-funeral-during-the-coronavirus-pandemic](https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-guidance-for-managing-a-funeral-during-the-coronavirus-pandemic/covid-19-guidance-for-managing-a-funeral-during-the-coronavirus-pandemic)**

- **Sollten Bestattungen so rasch wie möglich erfolgen?**

- o Ja, sie sollten schnellstmöglich erfolgen. Weitere Auskünfte darüber, wie das ermöglicht werden kann, finden Sie in dieser Broschüre.

- **Welche finanzielle Unterstützung ist verfügbar?**

- o Es wird diverse finanzielle Unterstützung für Hinterbliebene angeboten, die Ihnen möglicherweise zusteht. Weitere Einzelheiten finden Sie unter **[gov.uk/when-someone-dies](https://www.gov.uk/when-someone-dies)**.

- **Wo kann ich Unterstützung bei einem Trauerfall erhalten?**

- o Jeder Verlust kann eine äußerst schwierige und herausfordernde Zeit bedeuten. Das trifft wahrscheinlich noch mehr auf diejenigen zu, die während der Covid-19-Pandemie einen Verlust und Trauer erleben. Informationen darüber, wo Sie Hilfe finden können, finden Sie nachfolgend und unter **[gov.uk/coronavirus-funeral-advice](https://www.gov.uk/coronavirus-funeral-advice)**

• **Wie kann ich trauern, wenn ich der Bestattung nicht beiwohnen kann?**

- o Online-Bestattungen, Kreieren von Online-Beileidsbekundungen oder zusätzliche Gedenkveranstaltungen zu einem späteren Zeitpunkt helfen möglicherweise denjenigen, die einer Bestattung nicht beiwohnen können. Weitere Vorschläge sind in diesem Dokument dargelegt.

Notwendige Schritte, wenn jemand stirbt

1. Den Todesfall melden

Sofern der Todesfall nicht an einen Gerichtsmediziner weitergeleitet wurde, muss ein Todesfall innerhalb von 5 Tagen dem Standesamt für Geburten, Todesfälle und Eheschließungen gemeldet werden.

Weitere Einzelheiten über Änderungen hinsichtlich der Meldung von Todesfällen während des Covid-19-Ausbruchs, erhalten Sie bei Ihrem lokalen Standesamt. Anleitung und Hilfe zur Ermittlung Ihres zuständigen Standesamts finden Sie unter **gov.uk/register-a-death**.

Der Arzt, der den Totenschein ausgestellt hat, hat Ihre Daten möglicherweise an das Standesamt weitergeleitet, damit man Sie hinsichtlich der Eintragung kontaktieren kann. Vielleicht möchten Sie das Standesamt jedoch früher kontaktieren, damit die Eintragung abgeschlossen werden kann und Sie mit den Vorbereitungen für die Bestattung fortfahren können.

Während der Covid-19-Periode wird das Standesamt ein ‚Zertifikat für die Beerdigung oder Einäscherung‘ für die zuständige Bestattungs- / Einäscherungsbehörde ausstellen und möglicherweise auch eine Kopie an Ihren gewählten Bestatter senden. Ihr Bestatter wird Sie über etwaige weitere erforderliche Formulare aufklären, bevor die Beerdigung oder Einäscherung stattfinden kann.

Das Standesamt kann Ihnen eine oder mehrere Ausgaben der Sterbeurkunde ausstellen, die Sie benötigen werden, falls Sie einen Nachlass verwalten müssen.

2. Organisation der Bestattung

Bestattungen werden auch während des Covid-19-Ausbruchs weiterhin durchgeführt. Anbieter von Bestattungsdiensten, wie Bestattungsinstitute und -unternehmen bleiben geöffnet.

Um sicherzustellen, dass Bestattungsunternehmen, mit der erhöhten Anzahl von Todesfällen zurechtkommen, ist es wichtig, dass **Bestattungen nicht hinausgezögert werden**. Wir verstehen, wie schwierig das für Sie sein wird.

Jedoch gilt diese aktuelle Orientierungshilfe für die **absehbare Zukunft** zur Sicherheit aller Beteiligten.

Eine Bestattung kann üblicherweise nur durchgeführt werden, nachdem der Todesfall registriert wurde. Die meisten Menschen beauftragen ein Bestattungsinstitut. Sie können jedoch auch selber eine Bestattung organisieren (siehe **naturaldeath.org.uk/** für Ratschläge zu der eigenen Organisation einer Bestattung). Sie können sich auch bei Ihrem örtlichen Gemeindefriedhof und im Krematorium beraten lassen, falls Sie die Organisation selbst übernehmen möchten.

Wenn Sie ein Bestattungsinstitut beauftragen, können Sie eines wählen, das Mitglied einer der folgenden Organisationen ist:

1. „National Association of Funeral Directors“ (Nationaler Verband von Bestattungsinstituten)
2. „The National Society of Allied and Independent Funeral Directors“ (SAIF) (Die Gesellschaft für unabhängige Bestattungsinstitute)

Sie sind nicht zu der Beauftragung eines bestimmten Bestattungsinstituts verpflichtet und können sich an mehrere Unternehmen wenden, um Dienstleistungen und Preise zu vergleichen.

Einige örtliche Gemeindeverwaltungen betreiben ihre eigenen Bestattungsdienste. „The British Humanist Association and Institute of Civil Funerals“ (Britischer humanistischer Verband und Institut für zivile Bestattungen) kann Ihnen auch mit Rat bei nicht-religiösen Bestattungsdiensten zur Seite stehen.

Wenn Sie einen Bestatter gewählt haben, wird der Verstorbene zu einem Bestattungsinstitut oder einer Leichenhalle gebracht. Infolge von Covid-19 ist es **zurzeit vielleicht nicht möglich, das Bestattungsinstitut zu besuchen**. Sie sollten den Anweisungen Ihres Bestattungsinstituts oder Ihrer örtlichen Behörde folgen.

Es wird empfohlen **nicht an Riten oder Praktiken teilzunehmen, die Sie in engen Kontakt mit der verstorbenen Person bringen**. Wenn aus Glaubensgründen enger Kontakt mit der verstorbenen Person vorgesehen ist, sollte der Kontakt **auf Personen beschränkt sein, die persönliche Schutzausrüstung (PSA) tragen** und nur unter Aufsicht einer, in der ordnungsgemäßen Verwendung von PSA geschulten Person stattfinden. Sie können mit Ihrem Bestattungsinstitut über die Möglichkeit eines Besuchs

sprechen, um den Verstorbenen auf eine sichere Art und Weise zu waschen, anzukleiden oder etwaige sonstige religiöse Zeremonien abzuhalten. Es kann jedoch sein, **dass keine Möglichkeit zum Besuch einer Leichenhalle besteht**. Auch Glaubensgemeinschaften können Sie hinsichtlich bestehender Möglichkeiten beraten.

3. Informieren Sie die staatlichen Behörden über den Todesfall

Der „Tell Us Once“-Dienst (Informieren-Sie-uns-einmal-Dienst) ermöglicht es Ihnen, zentrale und örtliche Regierungsabteilungen sowie eine Reihe an Pensionskassen der öffentlichen Hand zu informieren. Das Standesamt wird Ihnen eine einmalige Referenznummer ausstellen, wenn Sie den Todesfall melden oder eine vorläufige Sterbeurkunde beantragen. Sie können auf diesen Dienst danach telefonisch oder online zugreifen. Weitere Informationen erhalten Sie unter **gov.uk/tell-us-once**.

Es wird auch erforderlich sein, dass Sie Banken, Versorgungsunternehmen und Vermieter oder Wohnungsunternehmen individuell informieren.

Es kann sein, dass Sie nicht auf den „Tell Us Once“-Dienst zugreifen können, falls:

- Ihr örtliches Standesamt den „Tell Us Once“-Dienst nicht anbietet
- Die Person im Ausland, in einem **Land in dem der „Tell Us Once“-Dienst nicht verfügbar ist**, verstorben ist
- Sie nicht in der Lage sind Online-Dienste zu verwenden, oder es schwierig für Sie ist

Falls Sie nicht auf den „Tell Us Once“-Dienst zugreifen können, wird es erforderlich sein, die relevanten Organisationen individuell zu kontaktieren. Diese beinhalten möglicherweise:

- „HMRC“ (Steuer- und Zollbehörde)
- „National Insurance Contributions Office“ (nationale Sozialversicherung)
- „Child Benefit Office“ (Kindergeldstelle)
- „Tax Credit Office“ (Behörde für Steuerguthaben)
- „Department for Work and Pensions“ (Arbeits- und Rentenministerium)
- „Pension Tracing Service“ (Suchdienst für Pensionsansprüche) / „Veterans UK“ (Pensionen für Streitkräfte)
- „Driver and Vehicle Licensing Agency (DVLA)“ (KFZ-Zulassungsbehörde)

4. Vorbereitung für die Bestattung

Gemeinschaften, Organisationen und Individuen wird ausdrücklich empfohlen, Maßnahmen zu ergreifen, um das Risiko der Verbreitung einer Covid-19-Infektion unter Trauernden, die sich versammelt haben, um der verstorbenen Person ihre letzte Ehre zu erweisen, zu reduzieren. Dabei ist es notwendig, insbesondere gesundheitlich beeinträchtigte Menschen, bei denen die Wahrscheinlichkeit größer ist, schwer zu erkranken, zu schützen. Diese Maßnahmen beinhalten:

- Die Anzahl an Trauernden auf ein Minimum zu beschränken, um einen Sicherheitsabstand von mindestens **2 Metern** (6 Fuß Länge) zu gewährleisten. Neben Bestatter, Küster und Mitarbeitern des Bestattungsunternehmens dürfen nur folgende Personen teilnehmen:
 - o Haushaltsangehörige des Verstorbenen
 - o Unmittelbare Familienangehörige und/oder Freunde können bis zur maximal erlaubten Anzahl teilnehmen.
- Die maximale Anzahl der Teilnehmer richtet sich nach **Größe und Verhältnissen der Begegnungsorte** unter Einhaltung der Abstandsregeln. Die Teilnehmerzahl sollte jedoch so gering wie möglich bleiben. Die Verantwortlichen der Begegnungsorte legen möglicherweise eine Obergrenze für die Teilnehmerzahl fest, um das sicherzustellen und werden Ihren Bestatter über die maximal erlaubte Anzahl der Trauernden informieren, an die Sie sich halten sollten.
- Trauernde sollten sich an die Anweisungen hinsichtlich **Hände waschen** und der Verhinderung der Verbreitung einer Infektion halten.
- Trauernde sollten die Anweisungen hinsichtlich **Abstandsregeln ebenfalls auf dem Weg zu und von der Bestattung befolgen.**
- Trauernden, die sich **14 Tage lang in Selbstisolierung** befinden, da sich jemand in ihrem Haushalt durch Covid-19-Symptome unwohl fühlt, sie selbst aber keine Symptome zeigen, muss die **persönliche Teilnahme** an der Bestattung ermöglicht werden, falls sie das wünschen. Dazu werden Prozesse zur Minimierung des Risikos einer Übertragung angewandt.
- Trauernden, die **gesundheitlich beeinträchtigt sind, oder sich in einer abgeschirmten Gruppe befinden, muss ebenfalls die Teilnahme ermöglicht werden.** Dazu werden Prozesse zur Minimierung des Risikos einer Übertragung angewandt.

- Trauernde, die **Covid-19-Symptome zeigen (ein neuer ansteckender Husten oder hohes Fieber) dürfen nicht an der Bestattung teilnehmen**, da sie ein Risiko für andere darstellen; sie sollten eine Fernteilnahme in Erwägung ziehen.

Viele Familien planen **zusätzliche Gedenkveranstaltungen zu einem späteren Zeitpunkt**, damit mehr Trauernde der verstorbenen Person auf sichere Weise ihre letzte Ehre erweisen können. Auch Online-Beileidsbekundungen können sehr hilfreich sein. Die Mithilfe bei der Planung einer Zeremonie, kann Trauernden ein Gefühl des Trosts vermitteln, auch wenn sie nicht persönlich teilnehmen können.

Teilnehmende müssen sich über die aktuellsten Empfehlungen der Regierung in Bezug auf Reisen und Abstandsregeln erkundigen. Diejenigen, die an einer Bestattung teilnehmen, können in **Hotels** übernachten, falls eine Rückkehr nach Hause unmöglich wäre.

Sie sollten sich für die aktuellsten Auskünfte zu Bestattungen an Ihre örtliche Behörde, Ihren Bestatter, religiösen Führer und/oder **GOV.UK** wenden.

5. Um den Nachlass kümmern

Sie müssen sich möglicherweise um Testament, Geld und Besitz der verstorbenen Person kümmern, wenn Sie ein enger Freund oder Verwandter, oder der Testamentsvollstrecker sind.

Sie müssen möglicherweise eine juristische Testamentsbestätigung beantragen, damit Sie den Nachlass des Verstorbenen rechtlich abwickeln können. Weitere Einzelheiten finden Sie unter gov.uk/applying-for-probate.

Im Rahmen der Beantragung einer juristischen Testamentsbestätigung, müssen Sie Bargeld, Besitz und Eigentum („den Nachlass“) der verstorbenen Person bewerten. Zur Bewertung des Nachlasses müssen Sie 3 wesentliche Aufgaben erfüllen:

1. Organisationen, wie z. B. Banken oder Versorgungsunternehmen hinsichtlich der Vermögenswerte und Verbindlichkeiten der verstorbenen Person kontaktieren.
2. Den Wert des Nachlasses schätzen. Das wird sich darauf auswirken, welchen Wert Sie der britischen Steuer- und Zollbehörde, „HM Revenue and Customs“ (HMRC) melden und welche Termine zur Anmeldung und Bezahlung etwaiger Erbschaftssteuer einzuhalten sind. Die meisten Nachlässe werden nicht versteuert.
3. Den Wert an HM Revenue and Customs (HMRC) melden.

Weitere Details und Unterstützung für jeden Schritt finden Sie unter **[gov.uk/valuing-estate-of-someone-who-died](https://www.gov.uk/valuing-estate-of-someone-who-died)**

Sie werden ebenfalls Angaben zu Immobilien aktualisieren müssen:

- Wenn ein Miteigentümer verstirbt
 - o Wenn ein Miteigentümer einer Immobilie verstirbt, füllen Sie bitte das Formular DJP aus, damit dessen Name aus dem Grundbuch gelöscht wird.
 - o Senden Sie ein ausgefülltes Formular an das Grundbuchamt, „HM Land Registry“, zusammen mit einer amtlichen Ausfertigung der Sterbeurkunde.
- Wenn der alleinige Eigentümer einer Immobilie verstorben ist, wird die Immobilie üblicherweise auf eine der folgende Parteien übertragen:
 - o Die Person, die die Immobilie erbt (der sogenannte ‚Begünstigte‘)
 - o Ein Dritter, zum Beispiel jemand, der die Immobilie kauft

Weitere Einzelheiten und Links zu relevanten Unterlagen finden Sie unter: **www.gov.uk/update-property-records-someone-dies**

Dem Gerichtsmediziner gemeldete Todesfälle

Ein Arzt kann dem Gerichtsmediziner aus verschiedenen Gründen einen Todesfall melden, wie z. B.:

- Unbekannte Todesursache
- Gewaltsamer oder unnatürlicher Tod
- Plötzlich oder unerwartet eingetretener Tod

Der Gerichtsmediziner kann entscheiden, ob eine Leichenschau nötig ist, um herauszufinden wie die Person verstarb. Das kann in einem Krankenhaus oder in einer öffentlichen Leichenhalle stattfinden. Falls die Leiche nach der Leichenschau ohne Obduktion freigegeben wird, schickt der Gerichtsmediziner ein Formular („rosa Formular – Formular 100B“) mit der Angabe der Todesursache an das Standesamt. Der Gerichtsmediziner wird auch eine Bestätigung, ein „Certificate of Coroner - form Cremation 6“ an die für die Einäscherung zuständige Behörde schicken, falls die Leiche eingeäschert wird, oder ein „Coroner’s Order for Burial“, falls die Leiche beerdigt wird. Danach können Sie den Todesfall melden und Ausfertigungen der Sterbeurkunde erhalten.

Falls die Todesursache nach wie vor unbekannt ist, oder falls die Person möglicherweise durch einen gewaltsamen oder unnatürlichen Tod, oder im Gefängnis oder in Polizeigewahrsam verstorben ist, muss ein Gerichtsmediziner eine Obduktion durchführen.

- Sie können den Tod nicht melden, bevor die Obduktion abgeschlossen ist.
- Der Gerichtsmediziner kann eine vorläufige Sterbeurkunde ausstellen, die belegt, dass die Person verstorben ist. Sie können diese verwenden, um Organisationen über den Tod der betroffenen Person in Kenntnis zu setzen und um eine juristische Testamentsbestätigung zu beantragen.
- Nach Abschluss der Obduktion, setzt der Gerichtsmediziner das Standesamt darüber in Kenntnis, was in das Register einzutragen ist.

Betreuung in einem Trauerfall

Der Verlust eines Freundes oder einer geliebten Person kann eine äußerst schwierige und herausfordernde Zeit sein. Das trifft wahrscheinlich noch mehr auf diejenigen zu, die während der Covid-19-Pandemie einen Verlust und Trauer erleben.

Trauernde Menschen ringen mit dem Schock, und nicht nur mit dem Verlust, sondern auch damit, dass die Abstandsregelungen bedeuten, dass sie sich nicht auf die Art und Weise verabschieden können, wie sie es sich gewünscht hätten. Das könnte diejenigen besonders hart treffen, die alleine sind und der Zugang zu den einschlägigen Unterstützungsnetzwerken könnte schwieriger sein.

Möglicherweise helfen Ihnen die folgenden Ratschläge, um mit der Trauer und dem Verlust umzugehen:

Was hilfreich sein kann:

- Nehmen Sie sich Zeit, um viel zu schlafen (Ihre übliche Zeit), ruhen Sie sich aus und entspannen Sie sich, und essen Sie regelmäßig und gesund.
- Teilen Sie den Menschen mit, was Sie brauchen.
- Sprechen Sie mit Menschen, denen Sie vertrauen. Sie müssen nicht jedem alles erzählen, aber niemandem etwas zu erzählen, schadet oft.
- Seien Sie zu Hause oder wenn Sie mit dem Auto unterwegs sind vorsichtig – Unfälle passieren häufiger nach traumatischen oder stressigen Ereignissen.
- Versuchen Sie Anforderungen von außen zu reduzieren und übernehmen Sie einstweilen keine zusätzlichen Verantwortungen.

- Nehmen Sie sich die Zeit, um an einem Ort zu sein, an dem Sie sich sicher fühlen, und verarbeiten Sie das Geschehene in Ruhe. Zwingen Sie sich nicht dazu, falls Ihre Gefühle im Augenblick zu intensiv sind.

Was nicht hilfreich ist:

- Diese Gefühle in sich hineinzufressen. Überlegen Sie, ob es hilfreich wäre, mit jemandem, dem Sie vertrauen, darüber zu sprechen. Der Schmerz der Erinnerung wird nicht umgehend verschwinden.
- Sich für Ihre Gefühle oder Gedanken, oder die anderer zu schämen. Diese sind normale Reaktionen auf ein sehr stressiges Ereignis.
- Menschen denen Sie vertrauen, zu meiden.

Es gibt eine Anzahl an Diensten und Organisationen, die Sie und Ihre Familie während der Trauer unterstützen können, wie z. B.:

- Finden Sie Dienste zur Unterstützung im Trauerfall in Ihrer Gemeinde.
 - o **[gov.uk/find-bereavement-services-from-council](https://www.gov.uk/find-bereavement-services-from-council)**
- Informationen und Unterstützung im Trauerfall durch den staatlichen Gesundheitsdienst (NHS = National Health Service)
 - o **[nhs.uk/conditions/stress-anxiety-depression/coping-with-bereavement/](https://www.nhs.uk/conditions/stress-anxiety-depression/coping-with-bereavement/)**
- Staatliche Schritt für Schritt-Anleitung bei einem Trauerfall.
 - o **[gov.uk/after-a-death](https://www.gov.uk/after-a-death)**
- „Cruse Bereavement Care“ hat Quellen darüber, wie Verlust und Trauer möglicherweise durch diese Pandemie beeinflusst werden und wie Kinder während dieses Ausbruchs unterstützt werden können.
 - o **[cruse.org.uk/get-help/coronavirus-dealing-bereavement-and-grief](https://www.cruse.org.uk/get-help/coronavirus-dealing-bereavement-and-grief)**
 - o **[cruse.org.uk/coronavirus/children-and-young-people](https://www.cruse.org.uk/coronavirus/children-and-young-people)**
 - o Rufnummer: +44 (0)808 808 1677
- „At a Loss“ bietet Beschilderungen und Dienste in ganz Großbritannien sowie Online-Beratungsdienste
 - o **[ataloss.org](https://www.ataloss.org)**
- „The Compassionate Friends“ bieten Unterstützung für Familien nach dem Verlust eines Kindes jeden Alters und durch jede Ursache.
 - o **[tcf.org.uk](https://www.tcf.org.uk)**
 - o Rufnummer: +44 (0)345 123 2304

- „Childhood Bereavement Network“ bietet Informationen und Links zu nationalen und örtlichen Unterstützungsorganisationen.
 - o **childhoodbereavementnetwork.org.uk**
- Spezifische Unterstützung für LGBT ist verfügbar unter:
 - o „Switchboard“ – ein Zuhördienst für LGBT+-Menschen per Telefon, über E-Mail und Instant-Messaging. **switchboard.lgbt**
 - o „MindOut“ – Online-Support-Dienste für Interessenvertretung und Unterstützung der Verbesserung der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens von LGBTQ-Gemeinschaften. **mindout.org.uk**
 - o „London Friend“ – bietet Unterstützung in Bezug auf psychische Gesundheit, einschließlich gegenseitiger Hilfe über Online-Support-Foren, Video-Beratung und Plänen zur Verhinderung psychischer Gesundheitskrisen. **londonfriend.org.uk**
 - o „LGBT Foundation“ – bietet Beratung und Aufbau von Freundschaften sowie eine Beratungsstelle. **lgbt.foundation**
- Spezifische Unterstützung für Schwarze, Asiaten und ethnische Minderheiten (Black, Asian and Minority Ethnic = BAME) ist verfügbar unter:
 - o Ihre örtliche Gemeinde bietet möglicherweise einen für BAME bestimmten Dienst auf ihrer Website an.
 - o Beratungsmöglichkeiten für BAME, die möglicherweise bei jedem von Ihnen gewählten Unterstützungsdienst verfügbar sind.
 - o Das Therapie-Netzwerk für Menschen schwarzer, afrikanischer und asiatischer Herkunft (Black, African and Asian Therapy Network = BAATN), das eine große Gemeinschaft von Beratern und Psychotherapeuten für Menschen schwarzer, afrikanischer, asiatischer und karibischer Herkunft in Großbritannien repräsentiert. Bedenken Sie bitte, dass dieser Dienst kostenpflichtig ist. **baatn.org.uk** | +44 (0) 20 3600 0712

Sie können Ihren Hausarzt oder NHS111 im Falle möglicher Symptome von Angst, Depression oder posttraumatischer Störungen kontaktieren. Zusätzliche Unterstützung im Falle solcher Probleme finden Sie unter „NHS Choices“ (**NHS.uk**) oder bei „the Samaritans“ unter +44 (0)8457 90 90 90.

Dieser Leitfaden gilt für England. Unterstützung steht ebenso in Schottland, Nordirland und Wales zur Verfügung.