

# HVA KOSTER EN BEGRAVELSE?

Du kan planlegge begravelsen ut fra dine egne ønsker eller velge en rimelig begravelse med fast innhold og pris.

## VELG RIMELIG BEGRAVELSE MED FAST INNHOLD OG PRISER

En begravelse behøver ikke å koste mye. Vi har to svært enkle begravelser med og uten seremoni. For å gjøre det rimeligere for deg har vi planlagt alt på forhånd.

### Rimelig begravelse uten seremoni

Kisten fraktes direkte til krematoriet eller gravplassen. Det er ingen seremoni. Du kan gjøre to endringer.

#### Fast pris 13 718,-

Prisen inkluderer kiste, stell og nedlegging, transport, og minneside med dødsannonse på internett. Vi ordner alle bestillinger og meldinger til offentlige etater.

Arbeid utenfor ordinær arbeidstid, bæreheving eller transport utenfor bostedskommune kan gi pristillegg.

Du kan gjøre følgende to endringer mot tillegg i fastprisen:

- En annen type kiste
- Dødsannonse i papiravis

### Rimelig begravelse med seremoni

Vi ordner en enkel begravelse, som kan gjennomføres med inntil 50 besøkende på noen utvalgte seremonisteder. Du kan gjøre tre endringer.

#### Fast pris 30 128,-

Prisen inkluderer kiste, stell og nedlegging, transport, og minneside med dødsannonse på internett. Vi ordner alle bestillinger og meldinger til offentlige etater.

Du får også enkel kistedekorasjon uten bånd og 50 enkle programhefter uten motiv.

Arbeid utenfor ordinær arbeidstid, bæreheving eller transport utenfor bostedskommune kan gi pristillegg.

Du kan gjøre følgende tre endringer mot tillegg i fastprisen:

- En annen type kiste
- Dødsannonse i papiravis
- Andre blomster

# PLANLEGG BEGRAVELSE MED TRADISJONELT INNHOLD

Vi hjelper deg med valgene som skal tas. Prisen avhenger av transportavstand og dine valg av blant annet blomster, minnesamvær og gravstein.

## Enkel begravelse med seremoni

Enkel begravelsesseremoni der du velger hva du vil ordne selv eller gjøre av endringer.

**Fra 36 630,-**

Prisen inkluderer kiste, stell og nedlegging, transport, og minneside med dødsannonse på internett. Vi ordner alle bestillinger og meldinger til offentlige etater.

Du får også enkel kistedekorasjon med bånd og 50 programhefter med motiv.

Sluttprisen avhenger av bistand på begravelsesdagen og dine valg av kiste, urne, musikk, blomster, minnesamvær og gravstein mm.

Arbeid utenfor ordinær arbeidstid, bæreheating eller transport utenfor bostedskommune kan gi pristillegg.

Ofte valgt

## Begravelse med livssynsseremoni

Begravelse i regi av Den norske kirke eller andre tros- og livssynssamfunn.

**Fra 41 800,-**

Prisen inkluderer kiste, stell og nedlegging, transport, og minneside med dødsannonse på internett. Vi ordner alle bestillinger og meldinger til offentlige etater.

Du får også kistedekorasjon med bånd og 50 programhefter med motiv. Medlemskap i tros- og livssynssamfunn gir normalt rett til kostnadsfri bistand fra prest eller taler.

Sluttprisen avhenger av dine valg av kiste, urne, musikk, blomster, minnesamvær og gravstein mm.

Arbeid utenfor ordinær arbeidstid, bæreheating eller transport utenfor bostedskommune kan gi pristillegg.

Ofte valgt

## Begravelsesseremoni med direktesending

Seremonien direktesendes, slik at de som ikke har mulighet til å være til stede kan følge begravelsen digitalt.

**Fra 43 910,-**

Prisen inkluderer kiste, stell og nedlegging, transport, og minneside med dødsannonse på internett. Vi ordner alle bestillinger og meldinger til offentlige etater.

Du får også direktesending, enkel kistedekorasjon med bånd og 50 programhefter med motiv.

Sluttprisen avhenger av dine valg av kiste, urne, musikk, blomster, minnesamvær og gravstein mm.

Arbeid utenfor ordinær arbeidstid, bæreheating eller transport utenfor bostedskommune kan gi pristillegg.

Ofte valgt

## Begravelse med livssynsåpen seremoni

Begravelse der du med bistand fra byråets seremonileder kan sette et personlig preg på seremonien i form av taler, sang og musikk.

**Fra 44 750,-**

Prisen inkluderer kiste, stell og nedlegging, transport, og minneside med dødsannonse på internett. Vi ordner alle bestillinger og meldinger til offentlige etater.

Du får også seremonileder, kistedekorasjon med bånd og 50 programhefter med motiv.

Sluttprisen avhenger av bistand på begravelsesdagen og dine valg av kiste, urne, musikk, blomster, minnesamvær og gravstein mm.

Arbeid utenfor ordinær arbeidstid, bæreheating eller transport utenfor bostedskommune kan gi pristillegg.

## PLANLEGG BEGRAVELSE MED ALTERNATIVT INNHOLD

Ingen er like. Hvorfor skal begravelser være det? Prisen avhenger av transportavstand og dine valg av blant annet blomster, minnesamvær og gravstein.

### Begravelse med urneseremoni

Hvis du ønsker en seremoni etter at kremasjonen har funnet sted, kan du velge en urneseremoni.

**Fra 40 380,-**

Prisen inkluderer kiste, stell og nedlegging, transport, og minneside med dødsannonse på internett. Vi ordner alle bestillinger og meldinger til offentlige etater.

Du får også én samling med syning før seremonien, enkel urnedekorasjon, bilde av avdøde ved siden av urnen og 50 programhefter med motiv.

Sluttprisen avhenger av bistand på begravelsesdagen og dine valg av kiste, urne, musikk, blomster, minnesamvær og gravstein mm.

Arbeid utenfor ordinær arbeidstid, bårehenting eller transport utenfor bostedskommune kan gi pristillegg.

### Begravelse med samtaleseremoni

Dette er begravelsen som passer dersom det er en lukket seremoni med få mennesker samlet rundt kisten. Minnetalen erstattes av en samtale mellom de etterlatte og ledes av en seremonileder fra byrået. Andre innslag kan være musikk, diktlesing og lystenning.

**Fra 41 480,-**

Prisen inkluderer kiste, stell og nedlegging, transport, og minneside med dødsannonse på internett. Vi ordner alle bestillinger og meldinger til offentlige etater.

Du får også seremonileder, musikkanlegg og kistedekorasjon med bånd.

Sluttprisen avhenger av bistand på begravelsesdagen og dine valg av kiste, urne, musikk, blomster, trykte program, minnesamvær og gravstein mm.

Arbeid utenfor ordinær arbeidstid, bårehenting eller transport utenfor bostedskommune kan gi pristillegg.

### Begravelse med seremoni utendørs

Av og til kan det å ha seremonien utendørs være i avdødes ånd. Det kan være i skjærgården eller på en fritidseiendom. Vi deler gjerne våre erfaringer med deg.

**Fra 47 470,-**

Prisen inkluderer kiste, stell og nedlegging, transport, og minneside med dødsannonse på internett. Vi ordner alle bestillinger og meldinger til offentlige etater.

Du får seremonileder, lydanlegg, kistedekorasjon med bånd og 50 programhefter med motiv.

Sluttprisen avhenger av bistand på begravelsesdagen og dine valg av kiste, urne, musikk, blomster, minnesamvær og gravstein mm.

Arbeid utenfor ordinær arbeidstid, bårehenting eller transport utenfor bostedskommune kan gi pristillegg.

### Begravelsesseremoni med miljø i fokus

Hvis naturen kunne velge! Du har flere muligheter til å gjøre en begravelse så klimanøytral som mulig.

**Fra 50 660,-**

Prisen inkluderer kiste, stell og nedlegging, transport, og minneside med dødsannonse på internett. Vi ordner alle bestillinger og meldinger til offentlige etater.

Du får også miljøvennlig blomsterranke til kisten, direktesending og teknisk utstyr for visning av program på storskjerm.

Sluttprisen avhenger av bistand på begravelsesdagen og dine valg av kiste, urne, musikk, blomster, minnesamvær og gravstein mm.

Arbeid utenfor ordinær arbeidstid, bårehenting eller transport utenfor bostedskommune kan gi pristillegg.

## KVALITETSGARANTI

Vi garanterer at du får profesjonell hjelp med høyeste kvalitet. Arbeidet foregår punktlig og presist. Du kan forvente at vi husker på alle småtingene du kanskje ikke tenker på selv. Du har vår garanti for at vi oppfyller kvalitetspunktene i listen under.

### DØGNVAKT

Du når oss på telefon hele døgnet. Våre telefonvakter er utdannede gravferdskonsulenter med lokalkunnskap.

### INNLEDENDE AVKLARINGER OG PRISINFORMASJON

Våre prislister er tilgjengelig på kontorene og på våre nettsider. I starten av planleggingen avklarer vi hva slags seremoni type du ønsker og om du har en kostnadsramme for begravelsen. Ved bestilling gir vi deg et skriftlig kostnadsoverslag og ber om din bekreftelse. Vi noterer også ned tilleggskostnader som ikke skal faktureres via byrået. Vi oppdaterer overslaget fortløpende dersom du gjør endringer.

### PLANLEGGINGSSAMTALEN

I planleggingssamtalen får du veiledning av en utdannet gravferdskonsulent, som blir din kontaktperson videre. Du får en oversikt over alle avtaler og en huskeliste over det som gjenstår. Det kan være mange ting å ta stilling til, og vi hjelper deg å prioritere det som er viktigst.

### OPPFØLGING FØR SEREMONIEN

Din kontaktperson gjennomfører alle bestillinger og følger opp det som gjenstår. Dagen før begravelsen ringer vi deg for å bekrefte at alt er klart.

### I SEREMONIEN

Vi er ute i god tid når vi skal gjøre i stand til seremonien. Vi sørger for at blomstene kommer på plass og følger opp utøverne. Vi pynter og lager en vakker ramme rundt kisten. Vi er til stede under seremonien og hjelper til når det er behov for det.

### OPPFØLGING ETTER SEREMONIEN

Noen dager etter seremonien ringer vi deg for å høre om du har spørsmål eller tilbakemeldinger, og for å gjennomgå det som eventuelt gjenstår.

### SEREMONILEDERE

I livssynsopne seremonier kan det være behov for en seremonileder. Som første byrå i Norge har vi vår egen utdanning for seremoniledere. Lederen hjelper deg med å utforme innholdet i seremonien. Våre seremoniledere deltar jevnlig på kurs og får veiledning i sitt arbeid.

### LYD, BILDE OG DIREKTESENDING

Ved ønske om musikkavspilling eller lydanlegg til sangere og musikere kan vi bistå, uansett om det er fremvisning av bilder eller film, direktesending eller filmopptak. Jølstad teknisk har dyktige medarbeidere som vet hvordan teknisk utstyr bør brukes i en begravelse.

### UNDERLEVERANDØRER

Våre underleverandører er håndplukket, og vi har jevnlig dialog med disse. Vi forhandler pris og er ikke et fordyrende mellomledd. Vi står som din garantist for deres kvalitet og service.

### TRANSPORT

Våre biler er velholdte og rene. Ved seremoniell transport benytter vi begravelsesbiler. Vi har også nøytrale vaktbiler som benyttes ved henting av døde i hjemmet, og biler med plass til flere bårer for transport mellom kapeller. All transport av døde skjer med verdighet og i tråd med Standard for god gravferdsskikk.

### STELL AV DØDE

Vi gir alltid den døde et verdig stell før nedlegging i kisten. Erfaring viser at det å se avdøde kan ha en viktig funksjon i sorgbearbeidelsen. Ved ulykker eller når det har gått lang tid etter dødsfallet hender det at etterlatte frarådes å se den døde. Vi har imidlertid kompetanse til å gjennomføre et utvidet stell, slik at de etterlatte allikevel kan se avdøde pent stelt i kisten.

### IVARETAGELSE AV DØDE

Ved et dødsfall bekrefter lege eller politi avdødes identitet. Under transport sørger vi for at avdøde og kisten er merket med navn og fødselsnummer. Merkingen utføres på dødsstedet, og ved stell og nedlegging i kisten. Identitetsmerkingen kontrolleres ved hver forflytning av kisten frem til begravelse eller kremasjon. Byråets kjølerom er låst for uvedkommende, men de etterlatte har muligheten til å se avdøde både før og etter stell og nedlegging i kisten. All transport og oppbevaring av avdøde frem til kremasjon eller begravelse blir loggført og er sporbar.

### MINNEBOK

Vi legger stor vekt på å lage fine minnebøker med bilder fra seremonien. Våre gravferdskonsulenter deltar på fotokurs, og du kan forvente god kvalitet på de bildene vi tar. Vi legger til rette for at minnetalene kan kopieres inn i minneboken. For mange er dette et kjært minne med verdi for etterslekten.

### TAUSHETSPLIKT

Våre ansatte er pålagt taushetsplikt gjennom sine arbeidssavtaler. Vi gir ikke ut opplysninger uten godkjenning fra de etterlatte. Vi vil kun oppgi seremonitidspunkt for begravelser som er offentlig annonsert.

### PERSONVERN

På vår nettside finner du en personvernerklæring. Våre rutiner for behandling av persondata er i tråd med Personvernloven.

### HVIS KVALITETEN IKKE ER GOD NOK

Dersom kvaliteten ikke er god nok, gjør vi det vi kan for å rette feilen. Noen ganger er eneste mulighet å gi et prisavslag. Dersom årsaksforholdet er uklart, lar vi tvilen komme deg til gode. Vi vet at våre kunder kan være i en krevende livssituasjon og at vi har et stort ansvar. Alle feil registreres og følges opp.

## OFTE STILTE SPØRSMÅL

### Kan jeg snakke med dere før jeg bestemmer meg?

Ja, det kan du. Det er uforpliktende for deg. Vi har telefonvakt 24t alle dager. Se telefonnummer nederst på siste side.

### Kan jeg få stønad til begravelsen?

Dersom det kan dokumenteres at avdøde var ubemidlet vil NAV dekke deler av begravelsen. Dersom nødvendige transporter til sammen er over 20 km, vil NAV dekke det meste av transportkostnadene.

### Hvordan finner jeg ut om jeg får stønad til begravelsen?

Vi kjenner NAV-reglene og passer på at du får den stønaden du har krav på. Vi ordner også søknadspapirene for deg uten tillegg i prisen. Ring oss dersom du lurer på om stønadsordningene gjelder den begravelsen du skal ordne. Vi tar ikke betalt for å svare deg på det.

### Er det kommunale avgifter?

I de fleste kommuner er det kostnadsfritt å gravlegges eller kremeres. I noen kommuner må man betale hele eller deler av kremasjonsavgiften. Kommunen sender sine regninger direkte til deg. Spør oss hva som gjelder der du bor.

### Gratis råd om arv og skifte

De fleste kan ordne booppgjøret selv, men mange trenger råd om hvordan de skal gå frem. Som kunde hos oss får du rett til én gratis rådgivningssamtale med en arv- og skifterådgiver.

### Er det dyrere å kjøpe blomster, gravstein og minnesamvær gjennom byrået?

Vi har gode avtaler med våre leverandører og er ikke et fordyrende mellomledd.

### Er dere dyrere enn andre byråer?

Nei, vi har alternativer fra det helt enkle til det mer påkostede. Vi hjelper deg med å lage en verdig begravelse innenfor den kostnadsrammen som passer for deg.

### Kan begravelsen plutselig bli mye dyrere enn først antatt?

Nei, ikke når du velger oss. Vi gir deg alltid en skriftlig forhåndspris når du har gjort dine valg for begravelsen.

### Er det trygt å velge dere?

Vi jobber hardt for å gi deg den hjelpen du trenger. Våre kunder har ulike behov og en undersøkelse viser at 96% vil anbefale oss til andre. Uansett hvilken kostnadsramme du velger for begravelsen så vil vi at du skal kjenne deg trygg. Vi husker på alle store og små detaljer som du kanskje ikke tenker på selv.

### Hvor mye kan jeg gjøre selv?

Du kan gjøre det meste selv, og vi gir deg gjerne råd om hva det kan være lurt å huske på.

### Må jeg ha en dødsannonse i avisen?

Dette velger du selv. Flere velger en ren nettannonsering via våre nettsider. Det er både raskere og billigere enn en dødsannonse i avisen. En nettannonse er søkbar og kan sendes til familie og venner via sosiale medier.

### Hvor raskt må jeg betale regningen?

Vanligvis sender vi deg regningen en uke etter begravelsen. Deretter har du ti dager på deg til å betale.

### Kan jeg få betalingsutsettelse og kan regningen deles opp?

Ja, spør oss om betalingsutsettelse og delbetalingsavtale.

### Hva slags rente har dere ved betalingsutsettelse?

Vi følger statens satser for forsinkelsesrenter. Den er 1,0417 % for hver påbegynt måned i første halvår av 2024. Det betyr at et beløp på 1 000 kroner gir 10,4 kroner i renter hver måned.

### Kan regningen belastes avdødes konto?

Nødvendige begravelseskostnader kan normalt belastes avdødes konto. Det kan være ulike regler fra bank til bank.

## PRISLISTE // DEL 1.

	PRIS
<b>Kister med utstyr</b>	
Kiste 20 Umalt spon med utstyr	4 910
Kiste 21 Hvitmalt spon med utstyr	8 080
Kiste 24 Hvitmalt furu med utstyr	12 030
Kiste 25 Lakkert furu med utstyr	13 410
Kiste 26 Lys brun trefiber med utstyr	16 150
Kiste 27 Hvit trefiber med utstyr	18 520
Kiste 80 Orbit - Brun. Hvis naturen kunne velge	16 960
Kiste 33 Hvitmalt furu u/ornament med utstyr	14 950
Kiste 35 Blågrønn trefiber med utstyr	17 930
Kiste 36 Lasert massiv furu med utstyr	19 130
Kiste 42 Kiste sort i trefiber med vannbasert lakk	20 570
Kiste 43 Massiv bjerk med utstyr	28 350
Kiste 44 Hvit massiv bjerk med utstyr	30 740
Kiste 50/32 Diamant høyglans sort	33 000
Kiste 51 Lakkert kirsebærtre med utstyr	41 000
<b>Urner</b>	
Kommunal urne fra	0
Urne 707885 Freja blå	910
Urne 26202 Heim velour sort	1 130
Urne 416 Linnea bark	1 410
Urne 101 Ydun hvit	1 560
Urne 6F Lys furu	2 330
Sand sjørne	2 330
Urne 26340 Heim rød Swarovski	2 270
Urne 26701 Heim perlemorshvit Swarovski	2 270
Urne 21990 Natur bjerk	3 040
Urne 6F Bjerk lakkert	2 980
Urne 21991 Natur furu	3 040
Urne 6F Lakkert kirsebærtre	4 000
Urne Diamant hvit høyglans	4 730
<b>Minnediamant (pris etter avtale)</b>	
Minnediamant	Pris etter avtale
<b>Trykte program - kopipapir</b>	
Trykte program kopipapir, 25 stk	1 220
Trykte program kopipapir, 50 stk	1 410
<b>Trykte program - vanlig</b>	
Trykte program, 25 stk.	2 560
Trykte program, 50 stk.	3 110
Trykte program, 75 stk.	3 440
Trykte program, 100 stk.	3 780
Trykte program, 125 stk.	4 110
Trykte program, 150 stk.	4 460
Trykte program, (pr 25 stk over 300)	350
<b>Takkekort - 2 sidig</b>	
Takkekort, 2 sidig, 25 stk	660
Takkekort, 2 sidig, 50 stk	870
Takkekort, 2 sidig, 75 stk	1 090
Takkekort, 2 sidig, 100 stk	1 290
Takkekort (pr 25 stk utover 300 stk)	230
<b>Stell og nedlegging i kiste</b>	
Stell og nedlegging i kiste	2 580
Stell og nedlegging i kiste ved byrået	3 840
<b>Leie av pynteutstyr</b>	
Leie av pynteutstyr	300
Leie av pynteutstyr	1 700
Leie av pynteutstyr og lys	2 890

## PRISLISTE // DEL 2.

		PRIS
<b>Honorarer</b>		
Byråets honorar, mva fritt		1 690
Byråets honorar, mva fritt		5 570
Byråets honorar, mva fritt		6 790
Byråets honorar, mva pliktig		410
Byråets honorar, mva pliktig		2 220
Byråets honorar, mva pliktig		2 840
Konsulentbistand utover 4 timer (kr. 1270,-/t)		1 270
Byråets honorar, overtidstillegg		2 120
<b>Båre og kistetransporter</b>		
Transport - sone 1   inkludert bil og mannskap		7 660
Transport - sone 2   inkludert bil og mannskap		13 090
Transport - sone 3   inkludert bil og mannskap		17 760
Transport - sone 4 pr km   inkludert bil og mannskap		53
Transport - sone 5 pr km   inkludert bil og mannskap		29
Transport overtidstillegg		2 120
Transport utrykningstillegg bæreheving		4 220
Transport ventetid - pr. time		1 270
<b>Mannskap begravelsesdagen</b>		
Mannskap begravelsesdagen		2 930
Mannskap begravelsesdagen		4 170
Mannskap begravelsesdagen		7 640
Mannskap begravelsesdagen		5 850
Mannskap begravelsesdagen		11 460
Hygienetiltak	Uten seremoni	530
Hygienetiltak	Med seremoni	1 080
<b>Gravkors - ventetegn</b>		
Gravkors		
Hjertetegn med navnplate		1 540
Ventetegn, Human-Etisk symbol		1 540

## PRISLISTE // DEL 3.

		PRIS
<b>Leie av lyd og bilde</b>		
Film, opptak av seremonien med ett kamera		4 800
Film, flerkameraopptak av seremonien		13 060
Film, sammendrag fra seremonien		4 800
Lys, koffert + profiler (tilleggsbelysning)		1 250
Lite lydanlegg inkl. ev ekstra utstyr		0
Stort lydanlegg inkl. tekniker (live)		4 290
Direktesending ett-kamera   Fra-pris		2 110
Direktesending, to-kameraproduksjon via Trippel M	Fra	14 250
Direktesending, tre-kameraproduksjon via Trippel M	Fra	24 460
Fremvisning - bilder og film	Fra	3 400
<b>Gravlykt - gravlys</b>		
Gravlys, 2,5 døgn, nr. 550		13
Gravlykt med lys, type 580		280
Gravlykt med lys, type 650		374
<b>Gravferdstaler fra Jølstad</b>		
Samtaleseremonileder fra Jølstad		3 540
Seremonileder fra Jølstad		6 420
Seremonileder fra Jølstad		7 190
Seremonileder fra Jølstad inkl deltakelse ved urnenedsettelse		8 590
<b>Minnebok</b>		
1 minnebok		500
2 minnebøker		900
<b>Dødsannonse</b>		
Dødsannonse på internett		730
Dødsannonse i Østlendingen (75 mm)	Inkl. minneside og nettannonse	3 500
<b>Transport av utstyr og mannskap</b>		
Transport utstyr og mannskap begravelsesdagen		1 250

## PERSONLIG BEGRAVELSE MED SEREMONI I HENHOLD TIL PRISOPPLYSNINGSFORSKRIFTEN

BYRÅETS TJENESTER	Fra	Til
Kiste med utstyr	4 910	41 000
Stell og nedlegging i kiste	2 580	3 840
Båre og kistetransporter	7 160	18 760
Mannskap begravelsesdagen	2 930	7 640
Transport utstyr og mannskap begravelsesdagen	1 250	1 250
Byråets honorar, mva-fritt	1 690	6 790
Byråets honorar, mva-pliktig	2 220	2 840
<b>Sum byråets tjenester</b>	<b>22 740</b>	<b>82 120</b>

TILLEGGSBESTILLINGER	Fra	Til
Leie av pynteutstyr	300	
Leie av pynteutstyr, dekorasjoner og lys		2 890
Trykte program, 50 stk	1 410	4 540
Dekorasjon til kisten, 3 enkle roser	120	
Dekorasjon til kisten		7 000
Dødsannonse i Aftenposten(75 mm)	3 500	3 500
<b>Sum tilleggsbestillinger</b>	<b>5 330</b>	<b>17 930</b>
<b>Sum å betale uten full stønad og transportrefusjon fra NAV</b>	<b>28 070</b>	<b>100 050</b>

NAV-STØNAD PÅ GITTE VILKÅR	Fra	Til
<b>Sum å betale ved full stønad og transportrefusjon fra NAV</b>	<b>0</b>	<b>49 745</b>

### MERKNADER:

- HONORARENE DEKKER PLANLEGGINGSSAMTALE, OPPFØLGING, BESTILLINGER OG TILRETTELEGGING AV BEGRAVELSEN.
- ALLE MVA-PLIKTIGE BELØP ER INKLUDERT 25% MVA.

JØLSTAD  
begravelserbyrå