Informatiebrochure

AFSCHEIDSZORG

De Calavon

24/7 bereikbaar op: 06 51 61 69 93

afscheid@decalavon.nl | www.decalavon.nl

Inhoudsopgave

Voorwoord **5**

Opbaren **5**

Het tonen van de overledene *6*

Thuis opbaren *6*

Rouwcentrum *7*

Opbaren kinderen en baby's *7*

Kleding *7*

Opbaren in de achtertuin *7*

Uitvaartdienst **8**

Protestants-Christelijk *8*

Hindoe *9*

Dragen **10**

Professionele dragers *10*

Als de familie zelf draagt *10*

Zelf schouderen *11*

Op de begraafplaats **12**

Aankomst *12*

Afscheid in de aula *12*

De gang naar het graf *12*

Bij het graf *12*

Rituelen aan het graf *12*

De condoleance *13*

Het crematorium **14**

Hoe verloopt een crematie? *14*

Tijdsduur *14*

Aankomst en ontvangst *14*

Aula *14*

De condoleanceruimte *14*

De ovenruimte *14*

De asverwerkingsruimte *15*

Afloop en einde **15**

Condoleance-defilé en andere vormen *15*

Dankbetuiging **16**

Belangstellenden bedanken voor hun steun *16*

Uitvaart.tv **16**

Dankbetuiging per post: *17*

Dankbetuiging in de krant: **17**

Bloemen **18**

Betekenis en gebruik van bloemen in de uitvaart *18*

Muziek **19**

CD's of livemuziek *19*

Toespraken **20**

Afscheidstoespraak schrijven *20*
Waarmee beginnen? 20

Het schrijven van de afscheidstoespraak *21*

Reportages **22**

Een plechtigheid audiovisueel vastleggen *22*

Voorwoord

Deze informatiebochure heb ik voor u samengesteld zodat u snel het één en ander kunt opzoeken over wat er allemaal komt kijken bij het regelen van een uitvaart.
Veel informatie heb ik gebruikt van de website www.uitvaart.nl

Wilt u meer informatie dan kunt u terecht op mijn eigen website www.decalavon.nl

Het kan ook zijn dat u, na het lezen van deze brochure, graag eens persoonlijk met mij van gedachten wilt wisselen of wensen vooraf al wilt gaan vastleggen.
Belt u mij dan **06 51 61 69 93**

Een e-mail sturen naar afscheid@decalavon.nl kan natuurlijk ook of u stuurt een WhatsApp bericht.

Met vriendelijke groet,
Jeanette van der Beek
uitvaartverzorger

Opbaren

Het tonen van de overledene

Opbaren kan op verschillende plaatsen, doorgaans wordt ervoor gekozen om iemand thuis of in een rouwcentrum op te baren. Maar het is ook mogelijk om een overledene op te baren in bijvoorbeeld een kerk, clubhuis of verenigingsgebouw. Een overledene moet altijd worden gekoeld, tenzij er thanatopraxie* is toegepast op het lichaam. Bij een thuisopbaring kan eventueel gebruik gemaakt worden van speciale koelingen die het lichaam op de juiste temperatuur houden. Het nadeel van de koeling is dat deze geluid maakt wat sommige mensen als storend ervaren. Als nabestaanden nare geuren waarnemen bij het lichaam van de overledene is het raadzaam om een geurkaars of wierrook aan te steken.

De overledene kan in bed, in een kist of op een opbaarplank worden opgebaard. Nabestaanden kunnen ook kiezen voor een combinatie van thuis opbaren en het opbaren in een rouwcentrum. Zo kan de overledene de eerste dagen thuisblijven en pas de laatste dagen worden opgebaard in een rouwcentrum. De opbaring kan met diverse zaken worden aangekleed zoals bloemen, kaarsen, muziek etc. Soms wordt een (persoonlijk)voorwerp in de kist of tussen de handen geplaatst. Om een zo vertrouwd mogelijk gevoel te geven kan men er ook voor kiezen om een eigen deken van de overledene in de kist te leggen. De meeste rouwcentra bieden de mogelijkheid om de opbaarruimte tijdens de bezoekuren zelf aan te kleden met bijvoorbeeld eigen kandelaars en speciale objecten van thuis.

BELANGRIJK OM TE WETEN
✓Opbaren kan in principe overal
✓Veel rouwcentra hebben 24-uurs kamers
✓Thuis opbaren kan helpen bij het rouwproces

Thuis opbaren

Vroeger was thuis opbaren heel gewoon, maar daar kwam later verandering in toen de meeste mensen ervoor kozen om de overledene niet meer thuis op te baren. Tegenwoordig wordt er weer heel veel gekozen voor thuis opbaring. Voor de nabestaanden is het prettig omdat ze de hele dag bij de overledene kunnen zijn zonder dat ze rekening moeten houden met (eventuele)openingstijden van het rouwcentrum. Daarnaast geeft het de mogelijkheid om in de vertrouwde ‘eigen’ omgeving afscheid te nemen. Verschillende deskundigen zijn van mening dat thuis opbaren een positieve bijdrage heeft in het rouwproces.

Thuis opbaren is in nagenoeg alle gevallen mogelijk. Wanneer een overledene thuis is opgebaard moeten nabestaanden er rekening mee houden dat ze veel mensen over de vloer zullen krijgen die afscheid komen nemen. Men doet er goed aan om na te denken of men een speciale bezoekregeling wil waarbij anderen op bepaalde tijden afscheid kunnen nemen of dat men het juist prettig vindt dat anderen langs komen wanneer ze maar willen.

Rouwcentrum

Steeds meer rouwcentra in Nederland bieden nabestaanden de mogelijkheid om 24-uur per dag bij de overledene te kunnen zijn. Daarvoor hebben ze een zogenaamde '24-uurs kamer'. Nabestaanden krijgen in dat geval een eigen sleutel waarmee ze zonder aankondiging naar binnen kunnen. Wanneer een rouwcentrum niet beschikt over een 24-uurs kamer moeten nabestaanden rekening houden met openingstijden of moeten ze momenten afspreken waarop ze de overledene kunnen zien. Veel rouwcentra brengen extra kosten in rekening voor de momenten waarop de overledene wordt bezocht. Men doet dat omdat de overledene doorgaans wordt bewaard in een koelcel en voor een bezoek klaargezet moet worden in een speciale afscheidskamer.

Nabestaanden kunnen tijdens het bezoek aan de overledene muziek draaien. Daarnaast is het zo dat de meeste rouwcentra ook diverse religieuze attributen hebben van verschillende geloven zodat men de ruimte naar eigen geloof of cultuur kan inrichten. Nabestaanden hebben verder alle vrijheid om te kiezen voor een rouwcentrum naar eigen keuze.

Opbaren kinderen en baby's

Door je kindje thuis op te baren kunnen ouders en eventuele broers en zussen de laatste dagen en uren zo lang mogelijk bij hem of haar zijn. Ditzelfde geldt voor baby's, veel verloskundigen adviseren ouders om hun baby thuis op te baren. De ervaring is dat thuis opbaren een positieve werking heeft op het rouwproces. Voor eventuele broertjes en zusjes kan thuis opbaren ook prettiger zijn. Veel kinderen voelen zich hierbij meer op hun gemak dan in een rouwcentrum. Door je kind of baby thuis op te baren is het ook makkelijker voor familie, vrienden en eventuele andere kinderen om afscheid te nemen.

Kleding

Nabestaanden kunnen zelf kiezen welke kleren de overledene aankrijgt. In sommige gevallen heeft een overledene een opmerking over kledingkeuze nagelaten in een laatste wilsbeschikking. Het advies is om de overledene kleren aan te trekken waarin hij of zij zich prettig voelde. Iemand die er altijd sportief bij liep kan het beste ook in sportieve kleren worden opgebaard. Advies is om te kiezen voor kleding met lange mouwen omdat veel overledenen blauwe plekken hebben op de armen. Wanneer er thanatopraxie is toegepast is dit overigens niet van toepassing.

Opbaren in de achtertuin

Nabestaanden die hun overleden dierbare wel graag in de buurt hebben, maar niet in huis kunnen ervoor kiezen om de opbaring in de achtertuin te doen. Op die manier kunt u op elk gewenst moment naar uw dierbare en hoeft u niet naar een uitvaartcentrum.

Het opbaren in de tuin kan mogelijk in de schuur als die groot genoeg is, maar het kan natuurlijk ook in een tuinhuisje. Mocht u nog geen tuinhuisje in uw bezit hebben dan kunt u overwegen er een te kopen bij de bouwmarkt. Bijna elke week is er wel een bouwmarkt die een tuinhuisje in de aanbieding heeft. De huisjes zijn doorgaans eenvoudig in elkaar te zetten en snel te plaatsen. Nabestaanden kunnen ook overwegen om een afgesloten tent te huren als plek om een overledene op te baren.

*** Thanatopraxie** is een lichte vorm van balseming die ervoor zorgt dat het ontbindingsproces tijdelijk wordt stilgezet. Het lichaam van een overledene kan door thanatopraxie voor een aantal dagen weer een natuurlijke uitstraling krijgen. De cosmetische effecten van thanatopraxie kunnen nabestaanden helpen bij het afscheid nemen. Sinds januari 2010 is thanatopraxie bij wet toegestaan in Nederland.
Hoe werkt thanatopraxie?
Doordat het bloed uit het lichaam wordt vervangen door een vloeistof met een conserverende werking wordt het normale ontbindingsproces vertraagd met maximaal tien dagen. Het vochtgehalte blijft op peil wat ervoor zorgt dat het gezicht niet smaller wordt en het lichaam een natuurlijke kleur houdt. De overledene blijft hierdoor toonbaar en kan tot het moment van de uitvaart worden opgebaard zonder koeling en bij kamertemperatuur.

Uitvaartdienst

De meest voorkomende religieuze plechtigheden

In een religieuze uitvaart neemt de uitvaartdienst een centrale plaats in. Hieronder geven we een beknopt overzicht van de types uitvaartdiensten die het vaakst voorkomen in Nederland.

Protestants-Christelijk

In de uitvaartdienst gaat de predikant vaak in op de hoogte- en dieptepunten van het leven van de overledene en maakt daarbij gebruik van Bijbelteksten om aan te geven dat het menselijk leven eindig is, maar dat Christus' werk, ondanks het lijden, voortgaat. Bij het graf of in het crematorium zegt de voorganger een gebed op om de overledene aan de aarde toe te vertrouwen. Als de kist is gedaald, wordt het Onze Vader gebeden en de zegen gegeven. De nabestaanden nemen in stilte afscheid.

Joods

Een hespeed (een rouwrede) wordt uitgesproken door verschillende mensen. Na de rouwrede in de aula, waarin de overledene geprezen wordt en zijn dood betreurd, dragen of rijden familie en bekenden de baar of de kist naar het graf dat kort voor de begrafenis gegraven is.

Katholiek

Bij binnenkomst in de kerk komt de priester de stoet tegemoet en besprenkelt de kist met wijwater. Tijdens de gebeden worden nogmaals de goede kwaliteiten van de overledene naar voren gehaald en wordt gebeden voor de nabestaanden. In de pauze wordt gecollecteerd voor de kosten van herdenkingsmissen, soms wordt daarbij een bidprentje uitgedeeld. Dat prentje kunnen mensen als herinnering in hun kerkboek leggen, zodat ze de overledene later in hun gebeden zullen gedenken.

De uitvaartmis wordt beëindigd met de 'absoute'; een ritueel waarbij de priester de kist met wijwater besprenkelt en bewierookt, onder het uitspreken van begeleidende gebeden. Tegenwoordig wordt de absoute vooral opgevat als een laatste eerbetoon aan het lichaam van de overledene. Het is echter ook een laatste gebed om vergeving van de zonden van de overledene.

Terwijl het koor zingt, gaan de priester en de misdienaars als eersten de kerk uit, op weg naar het kerkhof of naar de begraafplaats; daarna volgen de aanwezigen de dragers met de kist. Buiten beginnen de klokken te luiden, maar verder verloopt de begrafenis in grote zwijgzaamheid.

Moslim

Moslims spreken bij kennisgeving van de dood kort dit gebed uit: Innaa lillayhi Wa Innaa Ilayhi Raaji'oon. (Vertaald: Waarlijk Wij behoren tot Allah, en tot Allah zullen wij wederkeren.)

Na het overlijden sluit een van de aanwezigen de ogen van de overledene en bidt iedereen. Vervolgens wordt het lichaam ritueel gewassen, in grote witte doeken zonder versiering gewikkeld en naar de moskee overgebracht. Moslims beschouwen het als hun plicht bij de overledene in de moskee aanwezig te zijn. De imam bidt bij het lichaam het Djanazah-gebed, het Dodengebed. De gemeenschap volgt de imam bij gebed en begrafenis.

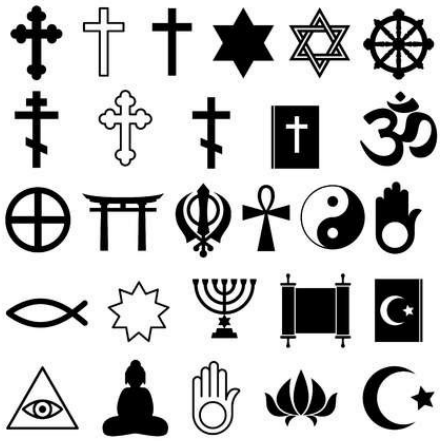
Hindoe

Meestal wordt een dode naar een uitvaartcentrum overgebracht, waar de overledene wordt verzorgd en gewassen in aanwezigheid van naaste familieleden.

Ondertussen bidt de pandit (priester) met de nabestaanden en alle aanwezige vrienden en bekenden in de ontvangstzaal van het rouwcentrum. Daarbij wordt een aardewerken schoteltje met ongezouten oftewel 'klare' boter, een zogeheten 'dia', aangestoken. Ook wordt in een koperen bokaal water geschonken ten behoeve van de zielerust van de overledene. Na het bezoek vertrekt men naar het huis van de overledene, waar eveneens een dia wordt aangestoken en een bokaal met water wordt neergezet, en wordt gebeden en voorgelezen uit de Ramayana.

Op de dag van de crematie wordt een plechtigheid gehouden in het rouwcentrum. De pandit maakt vijf eivormige balletjes, 'pindhs', van rijstmeel, honing, melk, klare boter, suiker en sesamzaad. Het aantal vijf staat voor de vijf elementen en de eivorm symboliseert de twee-eenheid van lichaam en ziel. De balletjes worden in doeken gelegd en geofferd door ze in de kist te leggen.

De nabestaanden leggen ook nog bloemen, geurige stoffen en rijstkorrels in de kist en bidden en zingen daarbij. Vervolgens wordt de kist gesloten, met een doek bedekt en naar het crematorium gebracht. Bij het crematorium dragen de mannen uit de familie met de zoon of de zonen voorop, de kist naar binnen. Volgens gebruik wordt onderweg vijfmaal gestopt om de baar even neer te zetten. De oudste zoon gaat vaak mee naar de invoer van de kist in het crematieoven.



Dragen

Tijdens de uitvaart wordt de overledene op een aantal plaatsen gedragen: meestal in de kerk, de begraafplaatsaula en naar de laatste rustplaats. Het is een plechtig en indrukwekkend onderdeel van de uitvaartplechtigheid, dat goed moet verlopen. Daarom is het belangrijk om vooraf goed te bepalen wie er gaat dragen: zijn er genoeg broers, zussen of sterke kleinkinderen? Of maakt u liever gebruik van professionele dragers?

Professionele dragers

Het dragen van de overledene is vaak best spannend voor de nabestaanden. Professionele dragers kunnen deze zorg uit handen nemen en er zo voor zorgen dat u als familie de uitvaart op een ontspannen manier beleeft. Er zijn twee mogelijkheden: gebruik maken van een rijdende baar of het schouder dragen, ook wel schouderen genoemd. Afhankelijk van het gewicht kan er gekozen worden voor 4 of 6 dragers. De kosten voor dragers zijn afhankelijk van hoe lang, en waar de werkzaamheden uitgevoerd moeten worden.

Als de familie zelf draagt

Als gekozen wordt voor het zelf dragen, dan wordt vaak gebruik gemaakt van een rijdende baar. De overledene wordt direct vanuit de rouwauto op deze baar gezet. Dat maakt het dragen eenvoudiger, al zijn er vaak obstakels (smalle deurposten en hoge opstappen), waar de rijdende baar niet langs kan. Dan is met de hand tillen alsnog nodig. Dat geldt ook voor het tillen bij het graf: daar moet de overledene met de hand van de baar op het graf getild worden.

Aandachtspunten bij het zelf dragen zijn:

- De stabiliteit van het graf kan per situatie verschillen. Het is daarom belangrijk om altijd voorzichtig het graf op te lopen en de instructies van de uitvaartleider te volgen.
- Zorg dat de kist eerst helemaal recht voor het graf staat.
- Loop in gelijke pas het graf op.
- Houdt de kist op gelijke hoogte (laat u niet verleiden te bukken of de kist lager te houden).
- Zorg dat u de kist iets van u af houdt (zo voorkomt u dat degene die naast u loopt uit evenwicht raakt).
- Zet allemaal tegelijk de kist op de lift neer en zorg dat deze aan alle kanten genoeg ruimte heeft om te dalen.

Zelf schouderen

Het dragen op de schouder, het ‘schouderen’, wordt ervaren als een hele waardige manier van dragen. Het is mogelijk om dit als familie zelf te doen. U moet er dan wel rekening mee houden dat er enige oefening en kracht nodig is om dit goed te laten verlopen.

Aandachtspunten zijn:

- Zorg dat de lengte van de deelnemende familieleden goed overeenkomt. Als het lengteverschil groter is dan 15 centimeter, is schouderen niet aan te raden.
- Zorg dat er minimaal 6 ‘dragers’ zijn en zorg dat de langste mensen achteraan staan (bij het hoofdeind).
- Laat u door de uitvaartleider en eventueel andere aanwezigen helpen bij het omhoog brengen van de overledene.
- Zet uw binnenste arm tegen de onderkant van de kist en houdt met uw buitenste arm het handvat vast.
- Zorg dat u allemaal met dezelfde voet begint te lopen (bijvoorbeeld de linkervoet) en houdt deze pas aan. Als iemand uit de pas loopt zal de kist gaan hobbelen en pijn in de schouder veroorzaken. Wanneer dit gebeurt kunt u het beste even stilhouden en weer allemaal tegelijk uw pas beginnen.

Op de begraafplaats

Hoe verloopt een begrafenis?

Elke familie zal het begrafenisritueel op een eigen manier vormgeven. Om toch enigszins een beeld te geven, volgt hier een beschrijving van de voornaamste handelingen die op de begraafplaats plaatsvinden.
Aankomst
Bij de meeste begrafenissen zijn de genodigden ruim op tijd aanwezig. Bij de ingang van de begraafplaats of bij de aula wachten zij op de komst van de rouwstoet met de naasten en de overledene. Als de rouwstoet arriveert, stapt de uitvaartverzorger uit om 'voor de stoet uit te lopen'. Ook de dragers (of draagsters) lopen met de rouwauto mee. Soms nemen zij bij aankomst van de rouwauto eerst hun hoed af. Op een teken van de uitvaartverzorger zetten ze hun hoed weer op en lopen vervolgens voor of naast de rouwauto verder mee.

Afscheid in de aula

Op de meeste begraafplaatsen is een aula waar een afscheidsplechtigheid kan worden gehouden. De dragers dragen de kist naar binnen. Nadat de dragers de aula hebben verlaten, begeleidt de uitvaartverzorger de familie en de genodigden naar de aula. Voor de familie is er vaak een aparte ontvangkamer. Soms gaat de familie als eerste de aula binnen, waarna vervolgens de belangstellenden binnenkomen. Het gebeurt ook dat de genodigden al binnen zitten en dat de familie als laatste binnenkomt.

De gang naar het graf

Na de afscheidsplechtigheid in de aula wordt de overledene naar het graf gebracht. Dragers 'schouderen' de kist of rijden de kist op een rijdende baar naar het graf. Zij worden gevolgd door de familie, de naasten en de overige belangstellenden. Het gebeurt vaak dat de uitvaartverzorger aan familieleden en belangstellenden vraagt de bloemen naar het graf te dragen.

Voor het echte dragen op de schouders zijn zes of acht dragers nodig, een rijdende baar kan het met vier dragers af. Als ze dat willen kunnen naasten en familieleden na overleg met de uitvaartverzorger zelf de kist dragen.

Bij het graf

De ene begraafplaats werkt altijd met een graflift, op de andere begraafplaats wordt de kist boven het graf op twee balkjes geplaatst om later de kist met touwen te laten zakken. Sommige begraafplaatsen staan het toe dat familieleden of vrienden zelf de kist in het graf laten zakken.

Er kan nog een afscheidsplechtigheid aan het graf plaatsvinden. Hierna kan de kist zakken. Sommige nabestaanden vinden het laten dalen van de kist te confronterend. Zij kiezen ervoor de kist te laten staan. Anderen willen meehelpen het graf dicht te gooien. De meeste begraafplaatsen staan dit toe.

Rituelen aan het graf

Naast de religieuze rituelen die een geestelijke aan het graf kan verrichten, zijn er ook andere rituelen rond het afscheid. Bijvoorbeeld het oplaten van witte duiven of het loslaten van ballonnen. Dit is ook het laatste moment om de overledene nog iets mee te geven in het graf.

Tenslotte worden de aanwezigen bedankt, door iemand van de familie of door de uitvaartverzorger. Daarna volgt het afscheid nemen van de overledene. Soms gebeurt dat door langs het graf te lopen en een bloem op de kist te werpen. In plaats van bloemen kan men ook een schepje zand strooien.

De condoleance

De condoleance is het laatste onderdeel van de uitvaart. Dat kan gebeuren in de condoleanceruimte van de begraafplaats of in een andere ruimte, bijvoorbeeld een hotel of restaurant in de buurt. De klassieke koffie met cake heeft inmiddels plaatsgemaakt voor een uitgebreider assortiment. Steeds vaker wordt er bij de condoleance een glas wijn geschonken of er wordt een bittergarnituur gepresenteerd.

In het condoleanceregister kunnen de belangstellende hun naam en adres opschrijven. Dat is ook makkelijk voor de familie om achteraf de bedankkaartjes te versturen.

Het crematorium

Hoe verloopt een crematie?

De keuze van crematorium is vrij. Er zijn geen voorschriften of beperkingen per regio. De uitvaartverzorger is de contactpersoon tussen u en het crematorium.

Tijdsduur
Voor een crematie krijgt u een bepaalde hoeveelheid tijd ter beschikking (bijvoorbeeld 1 uur en 30 minuten.) Voor de meeste crematieplechtigheden is dat voldoende. Die tijd kunt u verdelen tussen aula en condoleancekamer. Wilt u een uitgebreide plechtigheid of verwacht u veel belangstellenden, dan kunt u extra tijd reserveren. Dit is per crematorium verschillend of het gaat per kwartier of per halfuur. Let op: extra tijd kost extra geld.

Aankomst en ontvangst
De familie kan aankomen per stoet of op eigen gelegenheid. Een medewerker van het crematorium staat bij aankomst klaar om genodigden te ontvangen en bijvoorbeeld even te helpen bij het uitstappen uit de auto's. Belangstellenden kunnen bij binnenkomst het condoleanceregister tekenen.

De meeste crematoria beschikken over meerdere ontvangstruimten voor familie en belangstellenden waar men in alle rust kan wachten tot de crematieplechtigheid begint. Deze vertrekken zijn van elkaar gescheiden zodat ontvangst op gepaste wijze geschiedt.

Tijdens het verblijf in deze ruimten wordt de kist met de overledene in de aula klaargezet waarbij tevens alle voorbereidingen worden getroffen om de dienst goed te laten verlopen. De familie mag zelf de kist naar binnen dragen, de bloemstukken schikken of een aantal persoonlijke voorwerpen van de overledene plaatsen (bijvoorbeeld een foto of een schilderij). Als de plechtigheid begint, neemt de familie meestal als eerste plaats in de aula, daarna volgen de belangstellenden.

Aula
De meeste crematoria hebben een grote aula en een kleine aula. Meestal is het mogelijk de kleine aula aan te passen voor een intieme plechtigheid. Voor aanvang van de plechtigheid is het mogelijk individueel afscheid te nemen van de overledene.

De condoleanceruimte
Na de plechtigheid ontmoeten familieleden en belangstellenden elkaar in de condoleanceruimte (ook wel koffiekamer genoemd) van de grote of kleine aula. De belangstellenden kunnen hier de nabestaanden condoleren en als de familie dat wenst, gebruik maken van de catering die het crematorium kan verzorgen.

De ovenruimte
Na de plechtigheid in de aula brengt een medewerker van het crematorium de kist naar de ovenruimte, waar al vrij snel de feitelijke crematie begint. Als nabestaanden dat wensen, kunnen zij hun dierbare begeleiden naar en eventueel aanwezig zijn bij het invoeren van de kist in de oven. Elke overledene wordt afzonderlijk gecremeerd en in principe op de dag van de plechtigheid. De kist wordt op een invoerwagen geplaatst en bij een temperatuur van circa 800 graden Celsius ingevoerd in de oven. Het crematieproces is computergestuurd en duurt ongeveer 70-75 minuten waarbij de temperatuur van de oven oploopt tot circa 1100 graden Celsius.

Om te zorgen dat er geen verwisseling van de as kan plaatsvinden, wordt er voor het invoeren in de oven een identificatie-steentje met een uniek crematienummer op de kist gelegd. Dit steentje wordt pas van de as gescheiden als er wordt overgegaan tot verstrooiing.

De asverwerkingsruimte

Na de crematie wordt de as opgevangen in een metalen bak om af te koelen. Er blijft tussen 2,5 en 3,5 kg as per overledene over. In de asverwerkingsruimte worden metalen (schroeven en nieten van de kist, chirurgische metalen etc.) uit de as verwijderd. De as wordt fijngemaakt in een cremulator (een machine met grote metalen bollen) en vervolgens samen met het identificatiesteentje geborgen in een asbus waarop de noodzakelijke gegevens van de overledene staan vermeld (naam, datum van crematie en crematienummer).

De Nederlandse crematoria verzamelen de chirurgische metalen en edelmetalen. Het bedrijf dat deze metalen vervolgens recycled stelt de omzet na aftrek van kosten ter beschikking aan goede doelen: bijvoorbeeld de Hartstichting, het Koningin Wilhelminafonds, de Ronald McDonaldhuizen en Aidsfondsen.

Showroom

Volgens de Nederlandse wet is het crematorium verplicht de as een maand in bewaring te houden. Pas daarna mag er worden overgegaan tot bijvoorbeeld verstrooiing.

Bij de mogelijkheden ter nagedachtenis kunt u denken aan sierurnen, beelden, urnament, medaillons, glassculpturen of plaatsing van gedenkplaten en gedenkstenen. Een eventuele tekst kan door de nabestaanden zelf bepaald worden. Reservering van een plaats voor een sierurn, gedenkplaat of gedenksteen is tevens mogelijk, evenals het aanwezig zijn bij plaatsing.

De basiskeuze die door de nabestaanden gemaakt moet worden is of men de as wil bewaren, deze wil gaan verstrooien of een combinatie daarvan. Zo is het mogelijk het grootste deel van de as te verstrooien en een beetje as te bewaren. Nabestaanden die nog geen beslissing kunnen of willen nemen over de asbestemming, kunnen de as van de overledene laten bewaren in de algemene nis.
Deze algemene nis is niet toegankelijk voor het publiek, maar geeft de nabestaanden bedenktijd voor het nemen van een besluit over een definitieve asbestemming.

Afloop en einde

Condoleance-defilé en andere vormen

Vaak wordt er standaard na de plechtigheid en de begrafenis of crematie gecondoleerd. Vroeger was het 'condoleance-defilé de norm. De nabestaande vormden een rij en alle begrafenisgasten liepen één voor één aan hen voorbij om een korte condoleance uit te spreken (bijv. 'Gecondoleerd en sterkte').

Tegenwoordig wordt regelmatig het defilé overgeslagen. Veel mensen vinden het onnodig stressvol en onaangenaam voor de nabestaanden. Het is wel raadzaam dat de uitvaartondernemer dit aan de gasten laat weten. Hij kan namens u zeggen dat mensen welkom zijn bij uw tafel langs te komen om daar hun deelneming te getuigen voordat ze weggaan, of dat u iedereen bedankt voor hun komst en het volkomen begrijpt dat niet iedereen in de gelegenheid is om u ter plekke persoonlijk te begroeten en condoleren.

Dankbetuiging

Belangstellenden bedanken voor hun steun

Er zijn verschillende manieren om mensen te bedanken voor de steun die ze u gaven na het overlijden van uw dierbare. De mensen die het meest dichtbij u staan zou u kunnen uitnodigen bij u thuis of u kunt ze bellen. Maar vaak is het bijna onmogelijk om iedereen persoonlijk te bedanken. Om toch te laten weten dat u dankbaar bent voor de steun kunt u een bedankkaartje versturen of kunt u een dankbetuiging plaatsen in de krant. De dankbetuigingen worden doorgaans zes weken na de uitvaart geplaatst in de krant of verstuurd aan belangstellenden.

U kunt ervoor kiezen om de dankbetuiging zelf te maken of om deze door een ander te laten maken. Op het internet zijn verschillende online aanbieders te vinden die de bedankkaartjes kunnen maken, maar ook uw plaatselijke drukker kan u hierbij helpen. Daarnaast is het mogelijk om samen met de uitvaartverzorger de bedankkaartjes vorm te geven. Sommige mensen sturen met de bedankkaart ook een symbool mee. Een voorbeeld van zo'n symbool kan een zakje met zaadjes zijn dat symbool staat voor nieuw leven. Maar er zijn ook andere manieren om mensen te bedanken. Zo kunt u mogelijk een door de overledene of u zelfgemaakt herinneringsboekje versturen. Net als bij het samenstellen van de uitvaart telt ook hier dat u het zo persoonlijk kunt maken als u zelf wilt.

Social Media kunnen ook worden gebruikt

Veel mensen hebben een eigen profiel op sites als Facebook, Instagram of LinkedIn. Nadat iemand is overleden kunnen nabestaanden ervoor kiezen om het profiel te sluiten. Het is ook mogelijk om het profiel in stand te houden als een soort van (digitaal)gedenkplekje. Voor de nabestaanden biedt een persoonlijk profiel van de overledene ook een goede mogelijkheid om er een dankbetuiging te plaatsen. Dat kan alleen met een danktekst maar er kunnen eventueel ook citaten worden geplaatst van dingen die zijn gezegd tijdens de uitvaart. Een profiel is ook een plek waar eventueel foto's of video's van de uitvaart geplaatst kunnen worden. Als nabestaanden bepaalt u zelf wat u er wel of niet wilt plaatsen. Een bijkomend voordeel van een profiel is dat mensen uit de 'vriendenlijst' reacties achter kunnen laten. Naast de profielensites zou u eventueel ook gebruik kunnen maken van uw eigen Twitteraccount of het account van de overledene.

Uitvaart.tv

Wanneer u een video heeft gemaakt van de uitvaart kunt u er ook voor kiezen om deze gratis te verspreiden via www.uitvaart.tv. Op deze website staan video's die betrekking hebben op alles wat te maken heeft met het levenseinde. Steeds meer families plaatsen hier de video van de uitvaart van hun dierbare. U kunt ervoor kiezen om aan het begin van de video kort een tekst in beeld te zetten waarin u de mensen bedankt voor hun steun na het overlijden van uw dierbare.

De tekst schrijven

Net als bij het opstellen van een rouwbericht/rouwadvertentie kunt u uw dankbetuiging zo persoonlijk maken als u zelf wilt. Echte regels van wat wel of niet moet bestaan er niet. De tekst in de dankbetuiging is meestal kort, het bestaat uit een paar zinnen. Om u op weg te helpen bij het opstellen hebben we hier een volgorde van de opbouw die (meestal) wordt gebruikt.

Dankbetuiging per post:

Begin de dankbetuiging met een zin waarin u uw dank uitspreekt. Bijvoorbeeld: ‘Voor uw belangstelling en medeleven die wij van u mochten ontvangen na het overlijden van mijn/onze (man/vrouw/vader/moeder etc.)’.
Noem de naam van de overledene.
Daaronder schrijft u wat deze steun voor u heeft betekend.
Ondertekening (u kunt meerdere namen noemen maar u kunt er ook voor kiezen om te volstaan met: ‘Familie Jansen’.
Plaats en datum.

Dankbetuiging in de krant:

Begin de dankbetuiging met een algemene aanhef omdat u met deze dankbetuiging niet één, maar meerdere mensen tegelijk aanspreekt. Bijvoorbeeld: ‘Het is onmogelijk om een ieder persoonlijk te bedanken voor vele steun die wij mochten ontvangen na het overlijden van mijn/onze lieve (man/vrouw/moeder/oma/opa etc.).'
Noem de naam van de overledene.
Daaronder schrijft u wat deze steun voor u heeft betekend en bedankt u de mensen (bijvoorbeeld: ‘De vele reacties zijn een grote steun voor ons bij het verwerken van dit grote verlies. Op deze wijze willen wij u hiervoor danken.’
Ondertekening (u kunt meerdere namen noemen maar u kunt er ook voor kiezen om te volstaan met: ‘Familie Jansen’.
Plaats en datum.

Bloemen

Betekenis en gebruik van bloemen in de uitvaart

Er zijn heel veel mogelijkheden waaruit gekozen kan worden als het gaat om bloemen bij een uitvaart. Er zijn grafkransen, graftakken en herinneringslinten te koop. Maar natuurlijk kan men ook bloemen plukken of een 'gewoon' boeket gebruiken. Bij het opbaren komt het voor dat nabestaanden de overledene een bloem of boeketje in de handen geven. Tijdens de uitvaartplechtigheid kunnen de bloemen op of rond de kist liggen. Doorgaans is het zo dat bloemstukken van de familie op of het meest dichtbij de kist liggen. De bloemen van belangstellenden worden rond de kist gelegd. Soms gooien aanwezigen een bloem in het graf waar de kist in is gezakt. Families kunnen zelf kiezen wat ze met de bloemen doen na de uitvaartplechtigheid. Ze kunnen achterblijven op het graf of op het crematoriumterrein, maar het is ook mogelijk ze mee naar huis te nemen of ze neer te leggen bij een monument. Zijn er veel bloemen dan kan men ervoor kiezen om uit elk stuk één of meerder bloemen te halen en daar een boeket van samen te stellen. Het komt ook voor dat nabestaanden geen bloemen willen tijdens bij de uitvaart. Dit staat dan vermeld in de rouwadvertentie of de rouwkaart.

- ✓Bloemen hebben symbolische waarden
- ✓Niet bij elke uitvaart gewenst
- ✓Symboliek van bloemen

Bloemen hebben symbolische betekenissen die per bloem weer anders zijn. Deze betekenissen zijn in de loop van de tijd ontstaan en kunnen per land en cultuur behoorlijk verschillen. Sommige bloemen hebben een vrijwel universele symbolische betekenis. Door deze symboliek kan het geven van een bepaalde bloem een extra betekenis geven. Naast de bloemen zelf hebben ook de kleuren een symbolische waarde.

Hieronder de betekenis van een aantal soorten bloemen:

Aronskelk – de maagd Maria
Amaryllis- betoverende schoonheid
Jasmijn- vriendschap en naastenliefde
Witte Chrysant – Allerzielen
Lelietje van dalen – Christus
Lotus – Zuiverheid
Madeliefje – reinheid/maagdelijkheid
Roze roos – jij en ik
Witte en rode rozen – voor altijd samen
Tulp – ik bid voor je
Vergeet-mij-nietje – ware liefde
Zonnebloem – gerichtheid naar God
Kogel Amarant – eeuwig durende liefde
Roze anjer – ik zal je nooit vergeten

Veel voorkomende associaties met kleuren zijn:

Rood	Liefde, lijden, hartstocht, moed, verleiding, zwoel
Wit	Eenvoud, reinheid, maagdelijkheid, kalmte, onschuld, puurheid, stilte, ongereptheid
Geel	Licht, vrolijkheid, voorjaar glorie, kleur van de zon, energie, groei, kracht, lentegevoel
Magenta	Uitbundig, opwindend, schokkend
Oranje	Warmte, rijkdom, extravert, koningshuis, kracht, optimisme, plezier, sportiviteit, vitaliteit
Blauw	Goddelijkheid, oneindigheid, spiritualiteit, trouw, oprechtheid
Purper	Koninklijkheid, sensualiteit, decadentie
Roze	Zachtheid, tederheid, blijdschap, geboorte, ingetogen, romantiek, zoet, lief, onschuldig

Muziek

Bij vrijwel alle uitvaarten in Nederland wordt muziek gebruikt. Live gezongen, een instrument bespeeld of er wordt een cd afgespeeld met muziek die is gekozen door de overledene of door de nabestaanden. Muziek roept herinneringen op maar kan ook tranen brengen. De keuze van de muziek is één van de mooiste manieren om een uitvaartplechtigheid een persoonlijk tintje te geven. Veel mensen weten bij leven al wat er bij hun uitvaart gedraaid moet worden.

Livemuziek mogelijk in nagenoeg alle aula's

CD's of livemuziek

In de meeste aula's is apparatuur aanwezig om muziek af te spelen. Daarnaast zijn er doorgaans ook faciliteiten voor livemuziek. Het kan zijn dat een van de kleinkinderen een stukje op de blokfluit speelt of dat een familielid die goed kan zingen een nummer zingt. Misschien was de overledene wel lid van een koor dat bij de uitvaart komt zingen. Eigenlijk is op dit gebied alles mogelijk. Mensen die zelf niet erg muzikaal zijn maar die wel livemuziek willen horen kunnen professionele muzikanten inhuren. Ook zijn er speciale uitvaartzangers die beschikken over een uitgebreid repertoire.

Controleer vooraf

Als muziek blijft hangen tijdens een uitvaart is dat een zeer pijnlijke ervaring. Het is daarom belangrijk dat u de muziek van tevoren goed controleert. Het meest verstandige is om de nummers op een cd/usb te zetten, in de juiste volgorde. Zorg ervoor dat de muziek een dag van tevoren aanwezig is op de locatie van de plechtigheid. U kunt ook uw uitvaartondernemer vragen u hierbij te helpen. Sommige aula's beschikken zelf over een uitgebreid muziekboek waardoor u de muziek niet meer hoeft aan te leveren. Het beste is om dit van tevoren goed te overleggen.

Wanneer er livemuziek gespeeld gaat worden is het belangrijk dat van tevoren goed gecontroleerd wordt of er voldoende plaats is voor de muzikanten of het koor. Wanneer u livemuziek bij het graf wilt moet u rekening houden met de weersomstandigheden. Als het regent zal het lastig worden om buiten voor livemuziek te zorgen. In dat geval kunt u ervoor kiezen dit te laten vervallen of overwegen om een 'partytent' te huren waar de muzikanten onder kunnen staan. U kunt dit soort zaken bespreken met uw uitvaartbegeleider of uw contactpersoon op de begraafplaats.

Kerkelijke traditie

Bij kerkelijke uitvaarten wordt veel gezongen, oorspronkelijk was het idee hierachter dat mensen zich dan meer verbonden voelen met elkaar. In de protestantse kerk worden liederen en psalmen gezongen. De dominee overlegd met de nabestaanden welke liederen gezongen gaan worden. Meestal wordt gekozen voor liederen die passen bij de overledene of voor gezangen die de overledene mooi vond.

Bij de katholieke kerk wordt doorgaans gebruik gemaakt van zogenaamde vaste gezangen. De liturgie is hierdoor in nagenoeg alle missen gelijk, hoewel men tegenwoordig kiest voor iets meer afwisseling dan vroeger. In zowel de katholieke- als protestantse kerk wordt vaak het gezang *In Paradisum* gezongen.

Toespraken

Afscheidstoespraak schrijven

Waarmee beginnen?

Voordat u begint met het schrijven van de toespraak kunt u het beste eerst een aantal zaken op een rijtje zetten. Het gaat hier om feiten en materialen die de basis kunnen worden van de tekst. Een paar voorbeelden van zaken die u zou kunnen verzamelen:

- Wat waren de hobby's van de overledene?
- Waar was de overledene erg goed in?
- Was de overledene ergens fan van (bijvoorbeeld een voetbalclub of muziek)?
- Was de overledene aangesloten bij een vereniging (bijvoorbeeld sportclub, buurthuis etc.)?
- Verzamel foto's, kaarten, brieven en e-mails die de overledene u verstuurde.
- Verzamel zaken die belangrijk waren voor u en de overledene (bijvoorbeeld een oude agenda uit de schooltijd, kortom iets dat voor jullie een speciale betekenis had).
- Haal informatie uit internetprofielen van de overledene.
- Vraag andere nabestaanden wat zij speciaal vonden aan de overledene.
- Wat was de belangrijkste gebeurtenis in het leven van de overledene.
- Bedenk wat uw persoonlijke relatie met de overledene was.
- Had de overledene een huisdier waar hij/zij veel om gaf?
- Verzamel ook vaste gegevens zoals geboorte- en sterftedatum, waar de overledene woonde en heeft gewoond, had de overledene een partner/kinderen etc.
- Wat voor beroep had de overledene?

✓Verzamel voor het schrijven feiten en materialen die de basis kunnen worden van de tekst
✓Schrijf in uw eigen taal
✓Wanneer u een verhaal uit de grond van uw hart schrijft is de tekst in principe altijd goed
✓Kiezen van vorm en toon of stem

Voor u daadwerkelijk gaat schrijven zijn er nog een aantal tips waar u rekening mee kunt houden. Het gaat om de keuze van de vorm, maar ook om een aantal dingen die u wel of juist beter niet kunt doen.

- Schrijf in uw eigen taal. Voorkom dat u woorden opschrijft die u normaal gesproken niet gebruikt.
- Bepaal een thema, een soort van rode draad die in het verhaal een aantal keren terugkomt. Dit kan een karaktertrek zijn van de overledene.
- Richt u in de toespraak niet de hele tijd rechtstreeks tot de overledene. U kunt u in het begin en aan het einde rechtstreeks tot de overledene richten, maar probeer het daarbij te houden. Wanneer u zich de hele tijd rechtstreeks tot de overledene richt kunt u per ongeluk een beeld creëren alsof u een exclusieve band heeft met de overledene. Daarnaast kan het voor de andere aanwezigen zo overkomen alsof u vergeet dat u niet de enige bent die afscheid neemt van de overledene.
- Spreek de aanwezigen toe.
- Maak er bij voorkeur een echt persoonlijk verhaal van. Maak gebruik van uw eigen ervaringen en gevoelens. Gebruik bij voorkeur geen standaard teksten die kant-en-klaar zijn over te nemen van internet of uit boeken.
- Gebruik van humor in de toespraak is prima (u weet zelf het beste of dit bij de overledene past of niet).
- Als je iets over jezelf vertelt doe dat dan alleen in relatie tot de overledene.
- Maak er een beknopt verhaal van, het is zeker niet zo dat u de complete levensloop van de overledene naar voren hoeft te brengen. Het is dus belangrijk dat u uit alle verzamelde materialen en informatie een paar dingen naar voren haalt. Een toespraak bij een uitvaart duurt doorgaans niet langer dan vijf minuten, korter mag natuurlijk ook.

- Schrijf de hele tekst uit en print deze in een voor u prettig leesbaar lettertype. Gebruik geen steekwoorden, ook niet als u doorgaans een hele goede spreker bent. Door alle emoties loopt u de kans dat u de weg kwijtraakt in het verhaal.
- Lees de tekst voor de uitvaartplechtigheid verschillende keren hardop voor. Wanneer u niet in staat bent om de tekst zelf voor te lezen kunt u anderen vragen de tekst voor te lezen.

Het schrijven van de afscheidstoespraak

Zoals hierboven omschreven is het dus belangrijk dat u er een persoonlijk verhaal van maakt. Wanneer u een verhaal uit de grond van uw hart schrijft zal de tekst in principe altijd goed zijn. Tijdens het schrijven kunt u nog rekening houden met de volgende aandachtspunten:

- Probeer te omschrijven wat de overledene heeft bereikt. Denk aan de kinderen die hij of zij achterlaat, maar het mogen ook prestaties zijn. Probeer te vertellen wat de overledene achterlaat.
- Gebruik anekdotes die passen bij de overledene en die voor de aanwezigen ook herkenbaar zijn.
- Vertel over uw gevoelens. Misschien bent u boos omdat de overledene zo vroeg heen moest gaan of bent u juist opgelucht voor de overledene dat er een einde is gekomen aan het lijden.
- U mag ook gerust ingaan op de lastige trekjes van de overledene, dit maakt het verhaal herkenbaar en het maakt het levensecht.
- Als er uit het verleden nog iets speelt tussen u en de overledene waar u nog boos over bent dan kunt u dat beter niet opnemen in de tekst. Een afscheidstoespraak is niet het geschikte moment om oude rekeningen te vereffenen.
- Hou er goed rekening mee dat u een toespraak schrijft voor de nabestaanden, zij zijn de mensen die de tekst horen. Sommige delicate of intieme zaken kunnen anderen kwetsen, probeer dat dus te voorkomen.
- U kunt in uw tekst gebruik maken van toepasselijke teksten of citaten van anderen. Dat kan een citaat zijn uit het lievelingsnummer van de overledene of uit zijn of haar favoriete boek. Maar het kan ook een uitspraak zijn van een persoon of een passage uit de Bijbel.
- Controleer de door u opgeschreven data en namen op juistheid. Als u het zelf niet helemaal zeker meer weet kunt u anderen vragen om u daarbij te helpen.
- Wanneer u in de tekst andere mensen wilt bedanken (bijvoorbeeld voor de hulp in de laatste levensfase) dan is het wel belangrijk dat u goed controleert of u wel iedereen noemt. Wanneer u een naam vergeet kan dit als heel pijnlijk worden ervaren. U kunt dit natuurlijk ook voorkomen door te vermelden dat u iedereen wilt bedanken voor alle steun, liefde en vriendschap. En dat u daarbij geen namen noemt omdat u niet wilt dat u per ongeluk iemand zou vergeten.
- Bekijk hoeveel minuten de tekst is geworden. Doorgaans duurt een toespraak bij een uitvaart ongeveer 5 minuten. Er bestaat een handige website waar u direct kan zien hoe lang uw toespraak gaat duren. U kunt uw geschreven tekst invoeren en dan ziet u bovenaan hoeveel minuten deze tekst duurt. Als u ziet dat het veel te lang zal duren is het verstandig om de tekst in te korten.

Tot slot, bewaar uw afscheidstoespraak na de uitvaart. Mogelijk wilt u of een ander de toespraak in de toekomst nog eens rustig lezen.

Reportages

Een plechtigheid audiovisueel vastleggen

In de periode rondom een uitvaart gebeurt er zo veel dat het voor de nabestaanden vaak moeilijk is de afscheidsplechtigheid in zich op te nemen. Op verzoek kan er een geluidsopname gemaakt worden, zodat er op een later tijdstip in alle rust nog eens geluisterd kan worden naar de sprekers, de muziek en de eventuele kerkdienst. Er zijn speciale uitvaartfotografen, die ervoor zorgen dat ook het beeld wordt vastgelegd. Ook is het mogelijk een video-opname van de uitvaart te laten maken.

Een dergelijke opname kan ook aan familieleden in het buitenland gestuurd worden. Op die manier kunnen zij de plechtigheid toch meebeleven, ook als zij niet persoonlijk aanwezig konden zijn. Een film van de uitvaart kan ook van zeer grote waarde zijn voor kinderen die op jonge leeftijd een ouder verliezen. Wanneer ze ouder worden zullen ze meer willen weten over wie hun vader/moeder precies was. Dankzij een film van de uitvaart kunnen ze vele jaren later op de beelden zien wie de vrienden waren en wat er werd gezegd over de overledene.
Diverse crematoria beschikken over apparatuur waarmee ze een plechtigheid kunnen livestreamen.
Zo kunnen belangstellenden die, om wat voor reden dan ook, niet aanwezig kunnen zij

Eigen aantekeningen: