

VOOR DUMMIES MAKEN ALLES MAKKELIJKER!



De kleine Uitvaarttips

voor
dummies[®]

Het handboek voor de laatste reis

Een waardige en persoonlijke
ceremonie plannen

De administratie afwikkelen

Antwoorden op moeilijke vragen



Mirjam van der Kieft

De kleine **Uitvaarttips** voor **dummies**[®]**SPIEKBRIEF****Wat te doen na een overlijden**

Het is een hele schok wanneer een dierbare overlijdt of je iemand dood hebt gevonden. Deze spiekbrief helpt je stap voor stap door de eerste verwarrende en verdrietige uren na het overlijden heen.

1. Bel de huisarts. Naam/Tel:.....
2. Bel de directe familieleden om hen te informeren.
3. Bel het betreffende anatomisch instituut wanneer de overledene zijn lichaam ter beschikking van de wetenschap heeft gesteld.
Naam/Tel:.....
4. Bel de uitvaartondernemer: Naam/Tel.....
5. Leg de volgende spullen klaar ten behoeve van de opbaring:
 - » kleding bestaande uit natuurlijke materialen;
 - » een eventuele bril of kunstgebit;
 - » sieraden.
6. Zoek alvast de volgende documenten op voor het eerste gesprek met de uitvaartondernemer:
 - » paspoort of identiteitsbewijs van de overledene;
 - » trouwboekje;
 - » polis van de uitvaartverzekering(en);
 - » elk document waarin wensen met betrekking tot de uitvaart beschreven zijn;
 - » A- en B-verklaring van de arts.



De kleine
Uitvaarttips
voor
dummies[®]

Mirjam van der Kieft



BBNC
uitgevers

Amersfoort, 2019

ISBN: 978-90-453-5628-0

NUR: 749

Trefw.: Rouwverwerking, begrafenis, crematie

Dit is een uitgave van BBNC uitgevers bv, Amersfoort

www.bbnc.nl

www.dummies.nl

Zetwerk: Imago Mediabuilers, Amersfoort

Druk- en bindwerk: Ten Brink bv, Meppel

© Copyright 2019 BBNC uitgevers bv, Amersfoort

Deze uitgave is tot stand gekomen in overeenkomst met John Wiley & Sons, Inc. For Dummies®, Voor Dummies®, Dummies Man® en gerelateerde kenmerken zijn handelsmerken of geregistreerde handelsmerken van John Wiley & Sons, Inc. in de Verenigde Staten en/of andere landen. Gebruikt met toestemming.

Published by arrangement with John Wiley & Sons, Inc. For Dummies®, Dummies Man® and related trade dress are trademarks or registered trademarks of John Wiley & Sons, Inc. in the United States and/or other countries. Used by permission.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16B Auteurswet 1912 j° het Besluit van 20 juni 1974, St.b. 351, zoals gewijzigd bij Besluit van 23 augustus 1985, St.b. 471 en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht. Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatie- of andere werken (artikel 16 Auteurswet 1912), in welke vorm dan ook, dient men zich tot de uitgever te wenden. Ondanks alle aan de samenstelling van dit boek bestede zorg kunnen noch de redactie, noch de auteur, noch de uitgever aansprakelijkheid aanvaarden voor schade die het gevolg is van enige fout in deze uitgave. De uitgever heeft getracht alle rechthebbenden van fotomateriaal te bereiken. Zij die desondanks menen aanspraak te kunnen maken op deze rechten, kunnen zich tot de uitgever wenden.

Inhoud

Inleiding	11
Hoofdstuk 1: De zaken goed geregeld hebben	15
Nadenken over de uitvaart	16
Praten met een uitvaartondernemer	16
Zelf je uitvaartwensen vastleggen	18
De zakelijke zijde regelen	19
Wie zal dat betalen?	20
Het levenstestament en de wilsverklaring	20
Je nalatenschap verdelen	23
Hoofdstuk 2: De eerste uren na het overlijden	27
De eerste noodzakelijke stappen zetten	27
De arts bellen	28
Naaste familie op de hoogte brengen	30
Gaat er obductie of orgaandonatie plaatsvinden?	30
Afspraak maken met uitvaartondernemer	32
Waar blijft je dierbare tot de dag van de uitvaart?	34
Thuis opbaren	35
Overbrengen naar een rouwcentrum	37
Ter beschikking van de wetenschap stellen	38
Het eerste gesprek met de uitvaartondernemer	38
Voorbereiden op het gesprek	39
Het gesprek	41
Hoofdstuk 3: De details van de uitvaart invullen	47
De uitvaartkist uitzoeken	48
Een standaard kist of een bijzondere	48

Eisen waaraan een kist moet voldoen	50
Wat mag er wel en niet mee in de kist?	51
Je over het rouwdrukwerk buigen	52
De rouwkaart.	53
De uitnodiging voor een besloten uitvaart	59
Rouwadvertentie	60
Boekjes voor de afscheidsdienst of liturgie en bidprentjes ..	61
Passend vervoer regelen	61
De traditionele manier: de rouwauto	62
We rijden wel zelf	63
Alternatieve vormen van rouwvervoer	63
Volgauto's	65
Bloemenauto.	65
Zeg het met bloemen	66
Rouwboeketten en kistbedekking	66
Strooibloemen	68
Wat gebeurt er met de bloemen?	68
Een hapje en een drankje	69
Hoofdstuk 4: De aardse bestemming: begraven	71
De geschiedenis van het begraven	72
Kiezen voor een laatste rustplaats	73
De gemeentelijke begraafplaats	74
De bijzondere begraafplaats	74
Verskillende soorten graven overwegen	76
Grafrust en opgraving	76
Een algemeen graf	77
Een particulier graf	78
Een grafkelder	80
Bovengronds begraven	81
De dag van de begrafenis	81
De overledene naar zijn laatste rustplaats brengen	81
Dalen of niet?	83

Weggaan bij het graf	84
Een naam op het graf	85
Hoofdstuk 5: Tot as wederkeren: de crematie.	89
Cremeren door de eeuwen heen	90
De herinvoering van cremeren in de Lage Landen	90
Het verloop van een crematie	92
Meegaan naar de ovenruimte	92
Bedankt voor de bloemen!	93
Hoe gaat een crematie in zijn werk?	93
Bewaren of verstrooien: asbestemmingen verkennen	96
Een maand bewaren	96
De as bewaren	97
As verstrooien	98
De as bij je dragen	101
Hoofdstuk 6: Waardig afscheid nemen	103
Vooraf afscheid nemen en condoleren	103
De rituelen tijdens een afscheidsplechtigheid	105
De religieuze uitvaart	105
Een niet-kerkelijk afscheid	110
Afscheid nemen in de aula van crematorium of begraafplaats	111
De plechtigheid in het crematorium	112
De plechtigheid in de aula van een begraafplaats	117
Afscheid op een andere locatie	118
De condoleance na het afscheid	119
Hoofdstuk 7: Uitzonderlijke sterfgevallen	121
Het overlijden van je kind	121
Een doodgeboren kindje krijgen	123
Het overlijden van (jonge) kinderen	124
Het overlijden van een puber	125
Overlijden in het buitenland	125
Wat moet je regelen?	126

Het lichaam naar huis brengen	128
Begraafenis of crematie in het buitenland	129
Hoofdstuk 8: De zakelijke kant van een uitvaart	131
Wat kost een uitvaart?	132
Een algemene kostenindicatie	132
De kostenopgaaf	135
De budgetuitvaart	135
De doe-het-zelfuitvaart	136
Veilig voor later: een uitvaartverzekering	137
Lid worden van een uitvaartvereniging	139
Een keurmerk voor kwaliteit	139
Klagen als er iets mis is gegaan	140
Volgens de regel van de wet	141
Hoofdstuk 9: Als de stilte is gevallen	143
Praktische zaken regelen	144
Post en abonnementen	144
De digitale erfenis	145
De woning ontruimen	146
Financiële zaken	146
De nalatenschap afwickelen	147
Aanvaarden of niet?	148
De overheid laten meedelen	149
Het laatste drukwerk verzorgen	149
Een dankbetuiging versturen	149
Een herdenkingsadvertentie	150
Online condoleanceregister	151
Rouwerwerking	151
Hoofdstuk 10: Tien vragen die je niet zomaar durft te stellen	155
Wordt een begraven lichaam door wormen opgegeten?	156
Groeien nagels en haren door na het overlijden?	156
Kan een lijk mij ziek maken?	157

Word je met meerdere mensen tegelijk gecremeerd?	157
Wat als je te zwaar of te groot bent voor een kist?	158
Wat gebeurt er met stoffelijke resten als een graf geruimd wordt?	158
Wat gebeurt er met sieraden, protheses en brillen die mee gecremeerd worden?	159
Waarom gaat het lichaam ruiken?	159
Hoe lang duurt lijkstijfheid?	160
Mag je een dierbare overledene een afscheidskus geven?	160
Index	161

Inleiding

Sterven is, net als geboren worden, een facet dat onlosmakelijk met ons leven verbonden is. Waar een geboorte reden tot vreugde geeft, brengt het overlijden van een dierbare vaak verdriet met zich mee. Dat is misschien de reden waarom veel mensen liever niet aan de dood denken, maar vroeg of laat krijgen wij er toch allemaal mee te maken.

Uitvaartrituelen vinden plaats sinds er menselijke wezens zijn, denk aan de grafheuvels waar de doden samen met diverse giften zoals wapens en sieraden werden begraven. Sindsdien heeft de lijkbezorging een enorme ontwikkeling doorgemaakt. Ook heden ten dage gaat een uitvaart met de nodige ceremonie gepaard en zien we steeds vaker dat nabestaanden de uitvaart zo vormgeven dat de geest van de overledene hierin weerspiegeld wordt.

In de praktijk zie ik vaak dat nabestaanden, plotseling geconfronteerd met het verlies van een dierbare, overvallen worden door de veelheid aan mogelijkheden die het uitvaartwezen tegenwoordig te bieden heeft. *De kleine Uitvaarttips voor Dummies* wil daarbij de helpende hand bieden en begeleidt je stap voor stap door het voor velen onbekende traject van overlijden tot na de uitvaartplechtigheid. Het betreft misschien niet altijd prettige kost, maar helpt je wel de juiste keuzes te maken en zal je achteraf hopelijk het gevoel geven dat je op een mooie, waardige en persoonlijke manier afscheid hebt kunnen nemen van een dierbare.

Over dit boekje

Dit boekje is anders dan de meeste boeken over uitvaarten. Omdat ik zelf als uitvaartbegeleider werkzaam ben, heb ik het boekje zo ingedeeld dat het net is alsof we samen een uitvaart aan het plannen zijn. Stap voor stap komen alle aspecten van de uitvaart aan bod en help ik je met handige vinkjeslijstjes of verwijzingen naar websites bij de vele keuzes die je in deze korte tijd moet maken. Ook zal ik onderwerpen verder toelichten of verdiepen, precies op het moment dat dat tijdens een echte planning van een uitvaart ook aan bod zou komen.

Tevens besteed ik aandacht aan het financiële plaatje van de uitvaart en beschrijf ik twee dingen waar je hopelijk nooit mee te maken zult krijgen: wat er komt kijken bij de uitvaart van je (ongeboren) kind en een sterfgeval in het buitenland.

Voor wie dit boekje is bedoeld

Bij het schrijven van dit boekje ben ik ervan uitgegaan dat:

- » Je binnenkort verwacht met een sterfgeval te maken te krijgen en wilt weten waarop je je moet voorbereiden.
- » Je op dit moment een uitvaart aan het plannen bent en meer informatie wilt over welke mogelijkheden er allemaal zijn om het afscheid mooi en gedenkwaardig te laten verlopen.
- » Je weet dat je eigen einde nadert en je alle zakelijke aspecten en je uitvaart zo goed mogelijk wilt organiseren.
- » Je gewoon geïnteresseerd bent in het onderwerp.

Uitvaartwensen vastleggen**Nadenken over een behandelverbod en wilsverklaring****Beschikken over je nalatenschap**

Hoofdstuk 1

De zaken goed geregeld hebben

Waarschijnlijk heb je dit boekje ter hand genomen omdat je verwacht binnenkort met een uitvaart te maken te krijgen. Het kan om iemand uit je directe omgeving gaan, waarbij je midden in een proces van afscheid nemen van een dierbare zit. Misschien voel je de behoefte om je voor te bereiden op wat komen gaat en wil je duidelijk op een rijtje krijgen wat er nu en straks allemaal geregeld moet worden.

Wellicht gaat het om je eigen uitvaart, bijvoorbeeld omdat je te horen hebt gekregen dat je terminaal ziek bent en dat er geen behandeling meer mogelijk is. Misschien wil je de regie in eigen hand nemen en, nu het nog kan, je eigen beslissingen nemen en keuzes maken over de invulling van je uitvaart.

Een derde mogelijkheid is dat je dit boekje leest omdat je niet het type bent van ‘als het zover is, dan zien we wel’ en nu, bij leven en welzijn, je toekomst goed geregeld wilt hebben. In dit hoofdstuk bespreek ik de zaken die lang voor het overlijden geregeld kunnen worden of waar je in ieder geval over na kunt denken.

Nadenken over de uitvaart

Mensen kunnen op verschillende manieren reageren wanneer het over hun uitvaart en de invulling hiervan gaat. De ene persoon wil er niet over nadenken en laat het aan de familie over om, als het zover is, te doen wat op dat moment goed voelt. Iemand anders voelt juist heel sterk de behoefte om alles zelf te regelen. Behoor je tot de laatste categorie dan kun je overwegen om je wensen met betrekking tot je afscheid en uitvaart vast te leggen, al dan niet met behulp van een uitvaartondernemer.

Praten met een uitvaartondernemer

In de dagelijkse praktijk als uitvaartbegeleider voer ik regelmatig gesprekken met zieke mensen en hun familie of vrienden. Tijdens deze zogenaamde voorbesprekingen kan de uitvaart tot in detail besproken en geregeld worden. Zo kan het gebeuren dat ik iemand de drukproef van de rouwbrief al kan laten zien, waarop alleen de data nog ontbreken.



BELANGRIJK

Het regelen van de uitvaart kan ongeneeslijk zieke mensen helpen bij het verwerken en accepteren van hun naderend einde en het kan een bepaald soort rust geven om te weten dat alles is geregeld zoals hij of zij dat wil. Ook voor de nabestaanden is het over het algemeen heel prettig om te weten dat de uitvaart precies zo vormgegeven wordt als hun dierbare voor ogen had.

Wat je moet doen na een overlijden

Besluiten waar de overledene tot de uitvaart verblijft

Met de uitvaartverzorger in gesprek gaan

Hoofdstuk 2

De eerste uren na het overlijden

In de eerste uren na het overlijden van een dierbare komt er vreselijk veel op je af. Er moet van alles geregeld worden en er moeten vele mensen gewaarschuwd worden. En dat terwijl je je in een emotionele achtbaan bevindt. Dit hoofdstuk helpt je door de eerste uren heen en herinnert je aan de belangrijkste zaken die nu geregeld moeten worden.

De eerste noodzakelijke stappen zetten

We worden er altijd door overvallen; het overlijden van een dierbare. Misschien gebeurde het geheel onverwacht of na een ongeluk, medische noodsituatie, zelfdoding of kortdurend ziek-

bed. Wellicht heb je wat meer tijd gehad om je voor te bereiden op het naderende afscheid, omdat iemand lang ziek is geweest of er sprake was van euthanasie. Of misschien maakte de gevorderde leeftijd van de overledene dat het sterven niet als een verrassing kwam.

Afhankelijk van de oorzaak van overlijden zijn er verschillende plaatsen waar iemand kan sterven:

- » thuis;
- » in een ziekenhuis of hospice;
- » in een verzorgingshuis;
- » buitenshuis (als gevolg van een ongeluk of door een medische oorzaak);
- » in het buitenland (in hoofdstuk 7 lees je meer hierover).



BELANGRIJK

Neem gerust even de tijd om van de schok bij te komen en je eerste emoties te verwerken. Wanneer je een beetje tot jezelf bent gekomen, moeten er toch al snel wat zaken geregeld worden. Zo moeten de eerste uren na het overlijden een arts, een uitvaartondernemer en naaste familieleden gebeld worden en moet je weten of er eventueel orgaan- en/of weefseldonatie plaats zal gaan vinden.

De arts bellen

Bij een thuisoverlijden wordt allereerst de huisarts gebeld. Bij een overlijden in het ziekenhuis is dit niet nodig, omdat er altijd wel een arts aanwezig is. De (huis)arts is de enige die het overlijden wettelijk mag vaststellen en moet bepalen of er sprake is van een natuurlijke of niet natuurlijke dood:

Een gepaste kist uitzoeken

De rouwkaart en ander drukwerk

Het vervoeren van de overledene

Bloemen en catering regelen

Hoofdstuk 3

De details van de uitvaart invullen

Nadat jullie hebben besloten of de uitvaart een crematie of begrafenis wordt en de uitvaartbegeleider de datum en locatie heeft vastgelegd, moeten er vele details ingevuld worden. Jullie zullen je gedachten moeten laten gaan over hoe jullie de dag van de uitvaart en eventueel de dagen ervoor wilt invullen. Jullie zullen een kist uitzoeken, de rouwauto's laten reserveren en het bloemstuk op de kist bestellen. Daarnaast zullen jullie bekenden willen informeren over het overlijden van jullie dierbare met een passende rouwkaart en misschien zelfs een rouwadvertentie in de krant.

De uitvaartkist uitzoeken

De uitvaartbegeleider zal waarschijnlijk vragen of jullie als eerste een uitvaartkist willen uitzoeken, zodat jullie dierbare daarin opgebaard kan worden. De uitvaartkist wordt ook wel doodskist, lijkkist of grafkist genoemd. Het gebruik ervan is niet verplicht maar met name bij het cremeren wordt er wel de voorkeur aan gegeven, omdat het lichaam anders slechts moeizaam in de oven geschoven kan worden. Sommige crematoria accepteren uitsluitend gekiste overledenen, dus vraag het na wanneer dit in jullie geval speelt.

Is het de stellige wens van de overledene om niet gekist te worden, dan moet wel gebruikgemaakt worden van een ander omhulsel, bijvoorbeeld een lijkhoes of lijkwade. Het is namelijk zowel in Nederland als België verplicht om het lichaam van de overledene te bedekken of in te pakken. Voor het vervoer van een niet gekiste overledene wordt een opbaarplank of draagbaar gebruikt.



BELANGRIJK

Jullie zouden de lijkwade iedere dag een stukje kunnen sluiten als symbool voor het iedere dag een beetje afscheid nemen. Sommige mensen vinden het een naar gezicht wanneer hun dierbare niet gekist is, want ondanks dat het lichaam bedekt is, zijn de contouren vaak nog wel goed zichtbaar. Houd ook in gedachten dat belangstellenden bij de uitvaart het beeld van de overledene op een opbaarplank als onprettig of schokkend kunnen ervaren. Denk hier dus goed over na en doe wat voor jullie goed voelt.

Een standaard kist of een bijzondere

Natuurlijk hoeven jullie niet het internet af te surfen op zoek naar een geschikte uitvaartkist, de uitvaartbegeleider heeft een boek bij zich met voorbeelden waar jullie er eentje van kunnen uitzoeken.

Een duik in de historie

Een laatste rustplaats en graf uitkiezen

Rituelen bij de begrafenis verkennen

Hoofdstuk 4

De aardse bestemming: begraven

Misschien overwegen jullie voor een begrafenis te kiezen, maar hebben jullie geen idee waar jullie aan moeten denken en wat de mogelijkheden zijn. In dit hoofdstuk besteed ik kort aandacht aan de historie van het begraven en bespreek de verschillende typen begraafplaatsen. Ook de keuze voor het type graf en de rituelen bij de begrafenisplechtigheid komen aan bod.

De geschiedenis van het begraven

Al rond 3500 v. Christus werden overledenen begraven. We kennen allemaal de grafheuvels en hunebedden waarin meerdere mensen tezamen begraven konden worden. Tussen 1800 en 1100 v. Chr. ging men over tot het cremeren van stoffelijke resten en begroef men alleen de overgebleven as.

Het was Karel de Grote die in 785 een verbod op lijkverbranding afkondigde, waardoor het begraven weer gebruikelijk werd. Omdat het Christendom destijds wijdverbreid was, werd men naast of in de kerk begraven. Was je rijk, dan kreeg je een plekje dichtbij het altaar, kon je niet zo veel betalen dan kwam je verderaf of zelfs buiten op het kerkhof te liggen.

Door de enorme bevolkingsgroei in de daaropvolgende eeuwen raakten de kerken overvol. Omdat de graven in de kerk telkens geopend moesten worden, sloten de dekstenen na verloop van tijd niet meer zo goed. Hierdoor rook het al snel niet meer zo prettig tijdens de dienst. Toen ook nog eens epidemieën, zoals de pest, uitbraken, begon men in te zien dat dat begraven in de kerk niet erg hygiënisch was. De angst voor mogelijke besmetting groeide en men begon overledenen steeds vaker buiten de kerk te begraven.

Na een mislukte poging van Napoleon om het begraven in kerken te verbieden, bepaalde koning Willem I uiteindelijk in 1829 dat nieuwe begraafplaatsen voortaan buiten de stad aangelegd moesten worden. Hij had daarbij geen rekening gehouden met de voortdurende groei van de steden, waardoor ook die begraafplaatsen al snel weer tussen de bebouwing kwamen te liggen. In België ging men voortvarender te werk. Daar werden reeds in 1784, naar aanleiding van een door Keizer Jozef II uitgevaardigd Decreet, overgegaan tot begraven buiten de bebouwde kom.

DE PATIËNT IS OVERLEDEN. OF TOCH NIET?



TECHNISCHE
INFO

In de loop der eeuwen hebben diverse epidemieën in Europa welig getierd en vele slachtoffers geëist. Uit hygiënische overwegingen moesten de besmette lijken zo snel mogelijk de stad uit gebracht worden en kwam het wel eens voor dat een oververmoeide of onkundige arts iemand ten onrechte doodverklaarde. Geen wonder dat er een enorme angst ontstond om als schijndode levend begraven te worden.

In 1825 werd bepaald dat bij elke begraafplaats een schijndodenhuisje moest worden gebouwd waar de overledene minimaal 36 uur moest blijven liggen voordat tot begraven werd overgegaan.

Met een spiegeltje en een veer werd gecontroleerd of iemand nog een ademhaling had. Ook was er een soort belsysteem waarmee de handen en benen van de overledene werden verbonden. Hierdoor kon de 'dode' zelf alarm slaan als hij of zij toch niet overleden was.

Kiezen voor een laatste rustplaats

In principe kunnen jullie zelf kiezen op welke begraafplaats je dierbare wordt begraven. Het is niet verplicht om iemand te begraven in zijn geboortegemeente of de gemeente van overlijden. Wel kan de betreffende begraafplaats bepaalde voorwaarden stellen, zoals inwoner van de gemeente zijn of lid zijn van een

Historie van het cremeren

Wat gebeurt er tijdens het crematieproces

Bestemmingen voor as

Hoofdstuk 5

Tot as wederkeren: de crematie

Mogelijk heeft de overledene aangegeven dat hij of zij niet begraven maar gecremeerd wil worden. In dit hoofdstuk geef ik je een kijkje in de keuken van het cremeren. Het technische gedeelte komt aan bod, maar ook de geschiedenis van het cremeren. In een latere fase zullen jullie ook moeten beslissen wat er met de as gaat gebeuren. Naast verstrooien zijn er diverse mogelijkheden die ik allemaal met je bespreek.

Cremeren door de eeuwen heen

Het cremeren genoot vroeg in onze jaartelling meer populariteit dan later. Waarschijnlijk was dit te wijten aan de op dat moment heersende geloofsovertuiging of waren het simpelweg economische motieven die bepaalden wat er met de stoffelijke resten van iemand gebeurde.

Honderden jaren voor Christus was het gebruikelijk om urnen met as bij te zetten in grafheuvels en urnenvelden. Ook de Romeinen verbrandden hun lijk, totdat het brandhout opraaakte en zij genoodzaakt waren om tot begraven over te gaan.

Toen in de vroege middeleeuwen de bekering tot het christendom toenam, nam de voorkeur voor begraven ook weer toe. Christenen waren namelijk fel gekant tegen het cremeren, vanuit de overtuiging dat een ongeschonden lichaam de gelegenheid tot wederopstanding en het eeuwig leven bood. Karel de Grote deed ook een duit in het zakje. Hij bestempelde het verbranden van doden als heidens en vaardigde in 785 zelfs een verbod hierop uit. Slechts ten tijde van grote veldslagen of epidemieën was lijkverbranding nog wel geaccepteerd.

De herinvoering van cremeren in de Lage Landen

Rond 1870 ontstond vanuit enerzijds hygiënische argumenten, anderzijds ook door ruimtegebrek, de wens om het cremeren weer mogelijk te maken. Hiertoe werd in 1874 zelfs de Vereniging tot invoering der Lijkenverbranding in Nederland opgericht, later omgedoopt tot Koninklijke Vereniging voor Facultatieve Crematie. Deze vereniging had tot doel het cremeren mogelijk te maken. In Vlaanderen maakte vanaf 1882 de *Association pour la*

Afscheid nemen voorafgaand aan de
uitvaart

Uitvaartrituelen verkennen

De afscheidsbijeenkomst in de aula
vormgeven

Condoleance na afloop

Hoofdstuk 6

Waardig afscheid nemen

Nu jullie de hoofdlijnen van de uitvaart hebben uitgezet en vastgelegd en alle grote beslissingen hebben genomen, is het tijd om een mooie afscheidsbijeenkomst te plannen. Vaak worden de details van de dag van de uitvaart besproken tijdens het tweede gesprek met de uitvaartbegeleider. In dit hoofdstuk lees je hoe een uitvaartplechtigheid in een al dan niet religieuze setting ingevuld kan worden en welke opties jullie hebben met betrekking tot het condoleren.

Vooraf afscheid nemen en condoleren

Een belangrijke vraag die jullie jezelf moeten stellen is of jullie kennissen, vrienden en andere belangstellenden de mogelijkheid willen bieden om afscheid te nemen van jullie dierbare.

Vaak gebeurt dit door middel van een condoleancebezoek voorafgaand aan de uitvaart, op de dag zelf of op een of meer dagen ervoor. Een condoleancebezoek op een dag voorafgaand aan de uitvaart geeft mensen die niet naar de uitvaart kunnen komen toch de gelegenheid om hun deelneming te betuigen en afscheid te nemen.

Op de rouwkaart of in de rouwadvertentie nodigen jullie belangstellenden uit om afscheid te komen nemen en jullie te condoleren. Dit condoleancebezoek vindt meestal plaats op de locatie waar de overledene verblijft.

Ligt de overledene opgebaard in het rouwcentrum van de uitvaartonderneming, dan vindt daar ook de condoleance plaats. Vaak wordt de bezoekers een kopje koffie of een frisdrank aangeboden maar als jullie, in de geest van de overledene, elke bezoeker een glas bier of glas champagne willen aanbieden dan kan dat natuurlijk ook. Als jullie dierbare thuis is, kun je ervoor kiezen om het condoleancebezoek thuis te laten plaatsvinden. De woning moet wel groot genoeg om veel mensen tegelijk te ontvangen. Ook moeten jullie dan goed nadenken hoe jullie dat gaan doen met de catering. Uiteraard kan de uitvaartbegeleider jullie hierbij behulpzaam zijn.

Een andere mogelijkheid is dat jullie mensen de gelegenheid geven tot afscheid nemen op de dag van de uitvaart. Dit kan bijvoorbeeld voor het vertrek naar de kerk, de begraafplaats of het crematorium en voor het sluiten van de kist. Jullie kunnen er zelfs voor kiezen om de kist in de kerk of aula nog even open te laten, zodat mensen afscheid kunnen nemen.



Het is per familie verschillend of er wordt gekozen voor een open of gesloten kist bij het afscheid nemen. Kiezen jullie voor een open kist, dan moeten jullie er rekening mee

Wanneer je kind doodgeboren wordt

De uitvaart van een kind of puber invullen

Procedures bij een overlijden in het buitenland

Hoofdstuk 7

Uitzonderlijke sterfgevallen

Een sterfgeval waarvan ik hoop dat je het nooit hoeft mee te maken, is het overlijden van je kind. In dit hoofdstuk vertel ik meer over hoe je een kinderuitvaart kunt invullen en wat de mogelijkheden zijn wanneer je kind doodgeboren wordt. Ook geef ik je informatie over een ander uitzonderlijk sterfgeval, namelijk het overlijden in het buitenland. Helaas gebeurt het jaarlijks toch maar al te vaak dat mensen tijdens hun vakantie in het buitenland overlijden.

Het overlijden van je kind

Het ergste wat een ouder kan overkomen is het sterven van je kind. Of je kind doodgeboren wordt of een aantal jaar geleefd heeft, het is voor veel ouders een klap die ze nooit helemaal te

boven komen. Het voelt onnatuurlijk om je kind te overleven en het verdriet is vaak immens groot. Het is daarom belangrijk om samen met je partner echt om je kind te rouwen en een zelfhulporganisatie als Ouders van een Overleden Kind (OOK) kan jullie daarbij helpen (www.oudersoverledenkind.nl). Contactgroep Stichting Lieve Engeltjes (www.lieve-engeltjes.nl) is er voor iedereen die met het verlies van een kind te maken heeft, dus ook broertjes, zusjes, grootouders en andere betrokkenen.



TIP

De tweede zondag in december is Wereldlichtjesdag, de dag waarop overleden kinderen worden herdacht. Rond 19.00 uur lokale tijd branden mensen wereldwijd een kaarsje ter nagedachtenis aan alle overleden kinderen. Op www.wereldlichtjesdag.nl kunnen jullie een locatie bij jullie in de buurt opzoeken waar een herdenking plaatsvindt.

In de loop der tijd zijn uitvaartbedrijven zich gaan specialiseren in uitvaarten voor kinderen. Zij kunnen speciale kinderrouwauto's regelen en jullie helpen bij het maken of uitkiezen van kinderrouwkaarten, kindergedenktekens en foto boeken.

In de praktische uitvoering verschilt een kinderuitvaart niet echt van die van een uitvaart van een volwassene. Wel zal het persoonlijke tintje de uitvaart anders kleuren. Veel begraafplaatsen hebben een speciaal gedeelte voor kinderen, het kinderhofje. De kindergrafjes worden hier gesierd met speeltjes, knuffels en gedenkmonumentjes met een kinderthema.



TECHNISCHE
INFO

Afhankelijk van de begraafplaats die jullie hebben uitgekozen, kunnen jullie een eigen kindergrafje kopen voor de duur van twintig of dertig jaar of zijn jullie aangewezen op een algemeen kindergrafje voor tien jaar. Daarbij moet wel vermeld worden dat men tracht een kindergrafje zo lang mogelijk in stand te laten.

De kosten van een uitvaart ramen**Betalen met een uitvaartverzekering****Letten op een keurmerk en klachtenregeling**

Hoofdstuk 8

De zakelijke kant van een uitvaart

Het laatste waar jullie hoofd naar zal staan in deze droevige tijd is de zakelijke kant van de uitvaart. Toch is dit een essentieel deel van het hele proces want, hoe gek het ook klinkt, als je de uitvaart onderbrengt bij een uitvaartverzorger, dan sluit je in feite een zakelijke overeenkomst af. De uitvaartverzorger verplicht zich tot het verzorgen van de uitvaart overeenkomstig jullie wensen en jullie verplichten je tot betaling van de nota.

Daarnaast kunnen jullie te maken krijgen met een uitvaartverzekering en is het belangrijk te weten dat als de uitvaart niet naar wens verloopt, jullie een klacht kunnen neerleggen. Tot slot belicht ik kort de wettelijke richtlijnen waaraan jullie gehouden zijn.

Wat kost een uitvaart?

Deze vraag is niet zo makkelijk te beantwoorden. Zoals uit de voorgaande hoofdstukken blijkt, zijn de keuzemogelijkheden voor de invulling van de uitvaart bijna oneindig; van een hele sobere, simpele crematie met alleen de familie tot een groots opgezette begrafenis met honderden gasten, uitgebreide catering en een enorm grafmonument. Elke keuze die jullie maken brengt kosten met zich mee. Nabestaanden met een krappe beurs hebben de mogelijkheid om voor een budgetuitvaart te kiezen of kunnen proberen de kosten te beperken door zelf zo veel mogelijk te regelen.

Een algemene kostenindicatie



Over het algemeen kunnen jullie ervan uitgaan dat een begrafenis duurder is dan een crematie. Ook zijn er regionale verschillen; in de steden betaal je over het algemeen meer dan daarbuiten. Om toch enigszins een idee te geven van de kosten, geef ik jullie onderstaand overzicht.

De touwtjes in handen nemen**De erfenis regelen****Bedanken en herinneren****Toekomen aan je verdriet**

Hoofdstuk 9

Als de stilte is gevallen

Veel mensen worden in de dagen na de uitvaart overvallen door een oorverdovende stilte. De dagen tussen het overlijden en de uitvaart gaan vaak in een roes voorbij; er moet zoveel geregeld en beslist worden, dat er maar weinig tijd is voor het verdriet en het rouwen. Maar onherroepelijk komt toch dat moment dat de harde werkelijkheid zich aandient, je dierbare is er niet meer. Vaak wordt gezegd: 'rouwen is een werkwoord' en iedereen doet dit op zijn eigen manier. Er bestaat geen handleiding voor het verwerken van verdriet, wel hulp als je dat nodig hebt. In dit hoofdstuk kun je lezen waar je terechtkunt.

Ondanks het verdriet zijn er nog genoeg praktische zaken die de eerste weken geregeld moeten worden. In sommige gevallen betreft het alleen financiële zaken en eventuele bedankkaarten, in andere gevallen moet een hele woning leeggeruimd worden.

En dan heb ik het nog niet gehad over het laten opmaken van een verklaring van erfrecht en de vraag of je er verstandig aan doet de erfenis te aanvaarden.

Praktische zaken regelen

De praktische zaken die jullie moeten regelen, worden vooral bepaald door de situatie. Was de overledene je partner met wie je een woning en bankrekeningen deelde of betrof het iemand die alleen woonde? In deze paragraaf bespreek ik de meest voorkomende zaken waar jullie achteraan moeten, maar gelukkig gaan er ook een paar dingen vanzelf.

De gemeente waar de overledene was ingeschreven informeert andere overheidsinstanties zoals de belastingdienst, het UWV, de Sociale Verzekeringsbank (SVB), de Dienst Uitvoering Onderwijs (DUO) en de pensioenfondsen. Ook de zorgverzekeraars krijgen automatisch bericht via de gemeente, behalve als het overlijden in het buitenland plaatsvond. De instanties waar de overledene bekend was, zullen per post op het laatst bekende adres berichten dat de uitkering wordt stopgezet. Jullie hoeven deze instanties dus niet zelf aan te schrijven.

Post en abonnementen

Met de Nabestaandenservice van Post.nl kunnen jullie de post aan de overledene laten doorsturen naar een ander adres. Dat is wel zo gemakkelijk wanneer jullie niet elke dag de post kunnen ophalen. Het adres van de overledene wordt gratis in het Nationaal Overledenen Register opgenomen, zodat er geen geadresseerd reclamedrukwerk meer wordt verstuurd.

Hoofdstuk 10

Tien vragen die je niet zomaar durft te stellen

De onderwerpen die in dit tiental aan bod komen zijn niet voor iedereen gemakkelijk kost. Misschien heb je er zelfs wat moeite mee. Maar in de dagelijkse praktijk merk ik dat deze vragen leven bij nabestaanden. De meest voorkomende, misschien onorthodoxe, vragen heb ik verzameld en zal ik in dit hoofdstuk beantwoorden.

Wordt een begraven lichaam door wormen opgegeten?

Maak je geen zorgen, dit is een fabeltje. Als er begraven wordt volgens de voorschriften van de Wet op de lijkbezorging, dan ligt er minimaal een laag aarde van 65 centimeter boven de kist met de overledene. Dit is simpelweg te diep voor wormen. Het zijn de zuurstof in de grond en de bacteriën in het lichaam die zorgen voor de ontbinding van de stoffelijke resten.



Soms (meestal gaat het hier om misdrijven) worden lichamen niet of slechts met een klein laagje aarde bedekt. In dat geval komt er wel veel ongedierte op het lijk af. Hierdoor is een speciaal vakgebied tot ontwikkeling gekomen dat de politie te hulp schiet: de forensische entomologie. Aan de hand van de plek, het klimaat en de insecten die op een lijk worden aangetroffen, kunnen gespecialiseerde insectenkenners concluderen hoe lang iemand al dood is.

Groeien nagels en haren door na het overlijden?

Ook dit verhaal kan ik doorverwijzen naar het rijk der fabelen. Er is namelijk zuurstofrijk bloed nodig voor de groei van haar en nagels. Alleen bij iemand die ademt en een hartslag heeft, kunnen nagels en haar groeien.

Toch hebben nabestaanden soms het gevoel dat er bijvoorbeeld na het scheren weer baardgroei is geweest. De oorzaak daarvan ligt in de indroging van het lichaam, waardoor de huid zich terugtrekt. Daarom is het belangrijk om de overledene in te sme-