



Handreiking voor uitvaart en herdenking op afstand

(naar een handreiking van Ina Braber, consulent levensvragen Gors)

Samen verdriet, troost en herinneringen delen bij het afscheid nemen van een dierbare is belangrijk. Hier volgen suggesties voor coronatijd.

Bij vertrek van de overledene vanuit de woonlocatie

- Het branden van een kaars binnen of bij de voordeur.
- Het uitzwaaien van de overledene, wanneer deze vanuit de woonlocatie wordt vervoerd. Dit kan met een lintceremonie: er wordt een lint gespannen tussen de voordeur van de locatie en de rouwauto. De namen van de bewoners en medewerker van de locatie staan erop. Iemand knipt het lint door als symbool van definitief afscheid. Het stuk lint met de namen blijft op de locatie, het andere stuk lint gaat mee met de overledene.
- Liefelingsbloemen of iets anders meegeven met de overledene, met een kaartje met de namen.
- Het maken van condoleances en/of tekeningen voor de nabestaanden.
- Een gedenkplekje maken met bijvoorbeeld een foto, een kaars of tekeningen.

Beeld en geluid

Veel uitvaartondernemers bieden livestreaming aan. Via <https://kerkdienstgemist.nl/>; of www.kerkomroep.nl/ zijn de meeste kerkelijke uitvaarten live te volgen in beeld en/of geluid. Bij goed weer en een geschikte tuin kan de voorganger een herdenking vanuit de tuin leiden. Twee voorbeelden van herdenkingsvorm, die naar wens zijn aan te passen, staan op de website samenvoorzin.nl: <https://samenvoorzin.nl/media/#1497621988653-bc585481-7ae3> Daar staat ook een handreiking met pictogrammen over wat je wel kunt doen afscheid op afstand.

Bij een herdenkingsdienst op afstand

- Bloemen met naamkaartje, tekeningen of foto's op de lege stoelen.
- Tekeningen op de kist, die in de herdenking worden benoemd.
- Identieke kleur bloemen op de kist en thuis.
- Liturgie die past bij overledene, bv. kaars, knuffeldier, prentenboek, kleur van kleden en plantjes.

Bij de condoleance

- Uitleg van gebaren van medeleven zonder aanraking, zoals hand op hart, luchtzoen, Namasté.

Na de uitvaart

- Samen iets drinken en eten.
- Het ophalen van fijne herinneringen.
- Het planten van zaadjes, planten of een boompje in de tuin.

Een periode na de uitvaart

- Samen het herdenkingsplekje opruimen.
- Samen een ritueel uitvoeren bij de plantjes of de boom in de tuin, met een gedicht en/of het liefelingslied van de overledene. Als het is toegestaan kunnen nabestaanden betrokken worden.
- Kleuren of tekenen over de vos, de kleuren van verdriet, vriendschap, troost van de natuur en rust.
- Herinneringen ophalen.

Verdere informatie: De handreiking via de VGN [Hoe ga je om met het overlijden van een naaste in coronatijd](https://www.vgn.nl/documenten/handreiking-hoe-ga-je-om-met-het-overlijden-van-een-naaste-coronatie)¹: <https://www.vgn.nl/documenten/handreiking-hoe-ga-je-om-met-het-overlijden-van-een-naaste-coronatie>

¹ Bron Expertise centrum omgaan met verlies door Dr. Riet J.M. Fiddelaers-Jaspers