

Yarden

Verder

EEN GOED AFSCHEID HELPT JE

Yarden is een vereniging die bewustwording bevordert over leven, dood en afscheid.

1 - 2019

✦ **FRÉNK VAN DER LINDEN OVER HET FEESTELIJKE AFSCHEID VAN ZIJN VADER** 4

✦ **RESOMEREN, ZOU U HET OVERWEGEN?** 10 ✦ **HULP VAN LOTGENOTENGROEP** 22

“Het verlies van
mijn ouders
heeft mij
gevormd”

YARDEN

DEZE KEER AAN HET WOORD:
AB HARS

IS BIJ YARDEN

lid van de Ledenraad

LEEFTIJD

70

WOONT IN

Bant (Noordoostpolder)

GETROUWD

met Janny

KINDEREN

2 kinderen en 4 klein-
kinderen

LEVENSOTTO

“Tel vooral het goede”



“Ruim een jaar geleden zag ik een oproepje: ze zochten mensen voor de Ledenraad van Yarden. In een opwelling heb ik me opgegeven. In het verleden ben ik ook al eens actief geweest voor Yarden. Ik was toen mede-initiator van diverse symposia, die later in het hele land zijn gegeven. Ook heb ik voor basisschoolleerkrachten een cursus ontwikkeld over rouw bij kinderen. Nu, als lid van de Ledenraad, controleer ik het bestuur. Een verantwoordelijke en boeiende taak, dus ik lees alle stukken en bereid me goed voor op de vergaderingen.

“Ik zet me in voor Yarden, omdat ik het belangrijk vind om de dood bespreekbaar te maken. Alle grote levenslessen hebben te maken met verlies. Als jonge leerkracht kreeg ik op vakantie een telefoontje: een jongetje uit mijn klas was omgekomen bij een auto-ongeluk.

Ik ben toen terug naar huis gegaan om de uitvaart bij te wonen. Het is een ervaring die veel indruk op me heeft gemaakt. Achteraf had ik graag beter geweten hoe je met zoiets omgaat, ook in de klas. Vandaar dat ik later die cursus heb ontwikkeld.”

“Ik ben nu op een leeftijd dat er mensen om me heen wegvallen. Uiteraard ben ik zelf ook al lang over de top van de berg. Maar dat is niet erg. Want als je van de helling afdaalt, heb je mooiere vergezichten dan wanneer je nog aan het klimmen bent.” ■

★ ZO STAAT AB IN HET LEVEN

○ BELANGRIJK

Mijn steentje bijdragen aan de maatschappij.

○ DROOM

Dat er op elke basisschool een rouwcoördinator komt.

○ ELKE DAG

Staan mijn vrouw en ik er bij stil dat we het goed hebben samen.

○ PRAKTISCH

Het is ook wel eens goed om de kool en de geit te beschadigen, in plaats van ze te sparen.

○ WENS

Ik ben een tevreden mens, er valt weinig te wensen.

Verder

EEN GOED AFSCHEID HELPT JE

Yarden is een vereniging die bewustwording bevordert over leven, dood en afscheid.

1 - 2019

FRÉNK VAN DER LINDEN OVER ZIJN VADER
 “We wilden een joyeus adieu”

4



WEES WORDEN OP JONGE LEEFTIJD
 Ameline Ansu vertelt over een onvoorstelbaar verlies

16



HEILSOLDAAT JAN PIETER VAN AS
 “Tijdens de afscheidsdienst speelt muziek een grote rol”

20



PRATEN OVER JE VERDRIET
 “Het verdriet was nog vers maar ik wilde het wel proberen”

22



★ **6 GOED GEREGLD**

Yarden informeert

7 COLUMN CARLIJN WILLEMSTIJN

“Waar is iedereen?”

8 SAMENWERKING

Prinses Máxima Centrum en Yarden

10 DUURZAAM

Van resomeren tot een doe-het-zelf kist

13 LEDENRAADSVERKIEZING

Wordt u ons nieuwe ledenraadslid?

14 IN MIJN HART

“Een gedenkplek heb ik niet nodig”

19 PUZZEL & YARDEN-HULP

24 ONTMOET VRIJWILLIGERS

Zusjes Irene en Margreeth

★ **VERDER** is een uitgave van Yarden en verschijnt 2 keer per jaar. **Hoofredactie** Anita van Loon, Marije Spiering. **Redactie Yarden** Margo de Kok, Renata Oort, Ton Heinen. **Coördinatie** Monique Hemmes. **Aan dit nummer werkten mee** Frieda Zieleman, Marloes Bosch, Wendy Dekker, Jan Freriks, Mirjam Herrebrugh, Louël de Jong, Lisette Jongerius, RVG Media, Marijn Scheeres, Lydia van der Weide. **Concept & realisatie** Axioma Communicatie, Baarn.

Yarden Uitvaartorganisatie, Postbus 10118, 1301 AC Almere, 0800 1292, klantenservice@yarden.nl.

Mail redactie verder@yarden.nl
Meer info yarden.nl

Disclaimer: aan informatie in deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend. Niets uit deze uitgave mag worden vernenigvuldigd of overgenomen zonder bronvermelding en schriftelijke toestemming van Yarden.

IN WARME HERINNERING

Journalist Frénk van der Linden en uitvaartverzorgster Katja Soutberg ontmoeten elkaar opnieuw.

Locatie: Yardenhuis en crematorium Zevenberg, Fluitenberg.

Er werd geweend en gevierd tijdens het afscheid van de vader (89) van Frénk in april. Zowel de mooie als dramatische gebeurtenissen in zijn leven werden belicht. Een van die gebeurtenissen was de bittere scheiding met de moeder van Frénk, waarover de journalist de prachtige documentaire ‘Verloren band’ maakte. Frénk: “Dit is een intense plek om terug te zijn, niet per se een donkere. Mijn zus Désirée en ik hebben op een feestelijke manier met familie en bekenden afscheid genomen van mijn vader. Tegelijk deed het zeer. We hebben gelachen, gezongen, op hem gemopperd en enorm van hem gehouden – dat doen we nog. Alles door elkaar. Het was een kleine, dwarse kabouter. Het draaide altijd voor 97 procent om hem, tegelijk was het een gevoelige man om ontstellend lief te hebben.”

Katja: “Het was een persoonlijk afscheid. Jouw vrouw, Mylou Frencken, zong een lied achter de vleugel, de toeter van zijn vrachtwagen lag op de kist en er stonden vazen met gekleurde tulpen uit de bollenstreek, waar jullie vandaan komen.”

Frénk: “Je bent mentaal een beetje stuurloos in zo’n periode. Dan is het fijn als er iemand is zoals Katja. Het is als de bedding van een rivier. Er moet een bedding zijn waarbinnen je emoties worden gekanaliseerd, want die bruisen en klotsen alle kanten op. Wij zijn op de best mogelijke manier behandeld. Yarden was die bedding. Warm, maar niet klef. Zakelijk, maar niet koud. Het lijkt mij een gecompliceerd vak. Het is een dun koord waarop je loopt. Net als in mijn werk als interviewer gaat het om humane chemie.”

Katja: “Dat is precies goed verwoord ja. Ik moet de toon vinden van de familie. Ik sluit mij aan. Tegelijk ben ik gefocust en ben ik wie ik ben.”

Joyeus adieu

Frénk: “We wilden een joyeus adieu. Voor een begrafenis voelde pa niks, hij stond op een crematie, een definitief verdwijnen. Tegelijkertijd moest zijn leven worden gevierd. Dat deden we op een manier die recht deed aan zowel mijn vader als onze eigen sentimenten. Dus zongen we met z’n allen uit volle borst One way wind van The Cats en was er muziek van pianist Michiel Borstlap. Samen zingen lucht zo op. Je kunt alles laten stromen.”

Interviewer Frénk is geïnteresseerd in Katja en haar vakgebied en hij vraagt haar: “Je komt vast ook in veel verdrietiger situaties? Met de dood van mijn vader viel goed te leven. Hij was 89, altijd krankzinnig gezond geweest, had nooit in een ziekenhuis gelegen of medicijn geslikt. Toen kreeg hij pijn in z’n rug, het bleek kanker, veertien dagen later is hij overleden. Dat is ook iets om blij mee te zijn.”

Katja: “Natuurlijk zijn er bijzonder droevige situaties, zo had ik laatst een uitvaart van een baby. En wat mij ook steeds weer raakt zijn oude mensen die van elkaar afscheid moeten nemen na een samenzijn van soms wel meer dan zestig jaar. Dat komt ook binnen. Maar altijd overheerst het gevoel: ik zorg voor jullie. Het is niet mijn verdriet.” ■





Heerlijk uitwaaien op Texel

In de vorige editie van Verder stond een oproepje om mee te doen aan een lezersonderzoek. Mevrouw F. Scheuneman uit Nieuw-Buinen vulde de vragenlijst in. Tot haar grote verrassing won zij de hoofdprijs: een weekendje Texel.

Mevrouw Scheuneman had er helemaal niet bij stilgestaan dat er onder de deelnemers aan het lezersonderzoek diverse prijzen zouden worden verloot. Ze was dan ook blij verrast toen Manager Vereni-

gingszaken Anita van Loon en Yarden-vrijwilligster Ans Gelderloos de hoofdprijs kwamen uitreiken.

De prijs kwam op een goed moment, want mevrouw Scheuneman is vorig jaar haar man verloren. Met Anita en Ans keek ze terug op het afscheid. Uitvaartverzorgers Wim de Graaf heeft de uitvaart tot in de puntjes verzorgd. Ze heeft, ondanks het gemis van haar man, erg genoten van het weekendje Texel.

Saar aan huis

Saar aan huis

Yarden zorgt niet alleen voor zorg bij overlijden maar wil ook mensen op een kwetsbaar moment of in de laatste fase van hun leven ondersteunen. Daarom werken wij samen met Saar aan Huis. Saar aan Huis biedt ouderen allerlei vormen van ondersteuning zoals licht huishoudelijk werk, gezamenlijk koken, persoonlijke verzorging en begeleiding bij doktersbezoek.

Sabine Blom van Assendelft, directeur van Saar aan Huis: 'Mensen blijven langer thuis wonen, dat is heel mooi maar ze kunnen daar vaak extra hulp bij gebruiken. Voor thuiszorgorganisaties is het vanwege bezuinigingen en personeelstekort lastig om naast medische zorg wat extra's te bieden. Dit levert Saar aan Huis. Mensen krijgen ondersteuning van dezelfde persoon, een 'Saar', die met zorg voor ze wordt geselecteerd.'

Yarden wil niet alleen bijdragen aan een goed afscheid maar ook mensen de mogelijkheid geven de laatste fase van hun leven zo plezierig mogelijk door te brengen. Als lid van Yarden kunt u een deel van het uit te keren bedrag van uw Laatste Wensen Uitvaartverzekering gebruiken om Saar aan Huis in te schakelen. Dat kan ook na een overlijden, voor dierbaren die achterblijven.

Rectificatie Yarden uitvaartsparen

Op pagina 11 Verder 1 2018 staat dat de cumulatief jaarlijkse rente voor Yarden uitvaartsparen 2018 is vastgesteld op 0,5%. Dit percentage is niet juist. De depositorente voor Yarden uitvaartsparen 2018 is vastgesteld op 0,05%. Heeft u in het verleden een depositorekening afgesloten? Dan wordt het spaarsaldo jaarlijks verhoogd met een rente bijschrijving. In 2018 nam uw deposito bedrag toe met een rente van 0,05%.

Uitvaartsparen

De cumulatief jaarlijkse rente voor Yarden uitvaartsparen 2019 is vastgesteld op 0,03%. Heeft u in het verleden een depositorekening afgesloten? Dan wordt het spaarsaldo jaarlijks verhoogd met een rentebijdrage. In 2019 neemt uw deposito bedrag toe met een rente van 0,03%.

Nieuw bij Yarden! Telefonisch advies

Onze adviseurs adviseren en helpen u graag een verzekering te vinden die het beste past bij uw wensen, situatie en budget. De eenmalige kosten voor telefonisch advies bedragen € 24,- die u in 24 maanden voor €1 per maand kunt betalen of in 1 keer.

U krijgt hiervoor een persoonlijk adviesrapport op maat. Heeft u nog vragen of wilt u graag uitgebreid telefonisch advies over onze uitvaartverzekering? Bel dan 0800 1292.



“Waar is iedereen?”

Carlijn Willemstijn

Zachtjes sluit ik de deur. Ik neem plaats. Zet mijn telefoon op stil en wacht. Tien minuten later is er nog steeds niemand. ‘Is dit wel de juiste locatie? Waar is iedereen?’ Ik check de rouwkaart. Vandaag is de uitvaart van Eline. 32 jaar oud. Enkele jaren geleden kreeg zij een stoma en werd zij lid van StomaJONG, de jongerentak van de Stomavereniging waar ik als vrijwilliger voorzitter van ben. Drie keer bezocht zij de StomaJONG-meetings die ik organiseer. De eerste keer kwam ze lopend binnen. De tweede keer in een rolstoel. De derde keer met bloedvoeding en een infuus erbij. Broodmager en verzwakt. Verbeten pijn op haar gezicht. “Ik heb niet lang meer te leven Carlijn. Mijn organen falen. Maar ik wil je bedanken. Dankzij de contacten met lotgenootjes voelde ik mij soms niet zo alleen.”

Tranen prikken achter mijn ogen door de herinnering aan haar. Ik sta op. Op het toilet bekruipt mij een onrustig gevoel. ‘Waarom is er nog niemand? Is de uitvaart in besloten kring?’ Ze was geen vriendin, zelfs geen kennis, maar wel een geliefd lid van onze patiëntenvereniging. Daarom ben ik hier. Als eerbetoon aan haar. Als ik terugkom zit er nog iemand. Een oudere vrouw met een hoedje op. Gekleed in het zwart. Zakdoekje in haar hand gepropt en een rode roos op haar schoot. We knikken elkaar vriendelijk gedag.



“Ik kan alleen maar hopen dat ze nu, waar haar geest ook is, pijnvrij zal zijn”

De deuren gaan open. Samen lopen we de aula in. Een witte kist met paarse orchideeën staat vooraan. Zes mensen op de eerste rij. Ik neem plaats. De muziek start. Haar moeder spreekt over het leven van haar dochter. Een leven vol pijn, eenzaamheid en operaties. Ze vertelt trots maar snikkend over de

lijdensweg en kracht van haar geliefde kind.

En ik? Ik voel haar moeders pijn. Het steekt en ontnemt mij de adem. Mijn tranen blijven stromen. Geraakt en verpletterd door de eenzaamheid waar Eline in heeft geleefd. Slechts acht mensen op haar uitvaart... Ik kan alleen maar hopen dat ze nu, waar haar geest ook is, pijnvrij zal zijn. Omringd door heel veel mensen, plezier en liefde. Eindelijk. ■

Carlijn Willemstijn is voorzitter van StomaJONG, de jongerentak van de Stomavereniging. Zelf stomadrager, chronisch ziek en beperkt in haar energie zet ze zich al vijftien jaar in voor de Stomavereniging. Via columns, op sociale media en met initiatieven als de bezoekdienst, sportdagen en inloopochten in ziekenhuizen en de oprichting van de jongerentak StomaJONG helpt ze lotgenoten.

Prinses Máxima Centrum en Yarden

Erna Michiels



Eén op de vier kinderen met kanker overlijdt. Artsen en verpleegkundigen van het Prinses Máxima Centrum voor kinderoncologie krijgen te maken met verlies. Daardoor groeit de behoefte aan aandacht voor afscheid en rouw.

Op 5 juni 2018 werd het Prinses Máxima Centrum officieel geopend. Hiermee heeft Nederland één nationaal kinderoncologisch centrum waar complexe zorg en research is geconcentreerd. Gelukkig geneest zo'n 75 procent van de kinderen. Helaas overlijdt nog 25 procent aan de ziekte. Erna Michiels is kinderoncoloog in het Máxima en daarnaast gespecialiseerd in palliatieve zorg. Zij en haar collega's van het supportieve care team zijn verantwoordelijk voor de kwaliteit van leven van de jonge patiënt, van de diagnose

tot de laatste levensfase. Michiels: "Onderdeel daarvan is ervoor te zorgen dat het kind de laatste weken zo min mogelijk pijn heeft. Na het overlijden is er een briefing en zitten we met collega's bij elkaar. Hoe voelt iedereen zich? Waar zijn we tegenaan gelopen? Hoe verliep het contact met de ouders? Dat bespreken we."

Ondersteuning bij rouw

Hoewel er aandacht is voor het overlijden en de mensen die daarbij betrokken zijn, blijft zorgverlening het specialisme. "Wij oncologen zijn gericht op het herstel van zieke



“Wij oncologen zijn gericht op het herstel van zieke kinderen. Niet op het verlies”



Het Prinses Máxima Centrum is een nationaal kinderoncologisch centrum waar complexe zorg en research is geconcentreerd.

kinderen. Niet op het verlies.” Hoe omgaan met rouw en verdriet? Daarvoor zouden Michiels en haar collega's graag extra ondersteuning krijgen. Ze heeft geleerd een slechtnieuwsgesprek te voeren. Om dit juist te kunnen doen volgde ze ooit een uitgebreide cursus in de VS. Geen driedaagse spoedcursus, maar een intensieve studie. “Ik wilde diep ingaan op palliatieve zorg bij kinderen. Er blijken echt wel handvatten voor zo'n moeilijk gesprek. Niet om de waarheid heen draaien bijvoorbeeld. En een zin gebruiken als: 'Ik zou willen dat ...' Waarmee je aangeeft dat je zou

willen dat er bijvoorbeeld nog een therapie bestond. Dat je het kind zou willen genezen en dat je meeleeft. Tegelijk zeg je de realiteit.”

Afscheidskamer

Maar soms komen ouders of kind al met specifieke vragen, bijvoorbeeld over de uitvaart. Er zijn dus gebieden waarbij hulp kan worden gebruikt. “Daarom zijn we in gesprek met Yarden. Zo praten we over trainingsdagen voor professionals over rouw en nazorg. Ondersteund door Vereniging Yarden. Ook krijgen we advies over praktische zaken, zoals onze afscheidska-

mer. Hoe richt je deze in zodat hij sereen aanvoelt en toch praktisch is?” Daarnaast zijn er plannen voor een inloopspreekuur voor personeel en ouders. “Wij zullen ons enorm gesteund voelen als een kundig iemand ons helpt met en adviseert over rouwverwerking. Het zijn intensieve trajecten. Zo wordt hopelijk voorkomen dat artsen en verpleegkundigen uitgeblust raken. En blijven wij gemotiveerd ons mooie en zinnige werk te doen.” ■

Verder lezen over het werk van kinderoncoloog Erna Michiels en de samenwerking met Yarden? [Klik hier](#)

Resomeren zou u het overwegen?

Naast begraven en cremeren is binnenkort wellicht een nieuwe vorm van uitvaart mogelijk: resomeren (of bio-cremeren). Dit is een stuk minder belastend voor het milieu. Bij resomeren wordt het lichaam onder druk met behulp van kaliumhydroxide opgelost in heet water.
4 mensen, 4 antwoorden.



Pauline Spiering
Presentatrice bij Omroep MAX

“Ik ben praktiserend christen en ga regelmatig naar de kerk. Ik geloof vanuit mijn hart en probeer niet te oordelen. Ik weet dat er christenen zijn die niet gecremeerd willen worden. Maar ik zie dat meer als een keuze. Crematies werden in Bijbelse

tijden wel uitgevoerd, maar het was niet gebruikelijk bij de Israëlieten of nieuwtestamentische gelovigen. Van daaruit is de opvatting ontstaan dat cremeren niet bij het christelijk geloof past. Ik zie het graag zo: je ziel gaat als christen naar de hemel zodra je overlijdt, of je lichaam nu gecremeerd of begraven wordt. Daarbij, volgens de Bijbel moeten we ook meegaan met de tijd. Zo heeft God mensen talenten gegeven om allerlei ontwikkelingen in gang te zetten. Resomeren zie ik ook als vernieuwend. Ik maak mij best zorgen om het milieu, dan is het toch mooi dat deze milieuvriendelijke uitvaartvorm bestaat? Resomeren zou ik dus zeker overwegen.”



Ricardo Lemmer

Voorzitter van de Federatie Surinaamse aflegverenigingen

“Als vrijwilliger zorg ik voor de overledene en de nabestaanden vanaf het moment van overlijden tot na de uitvaart. In onze Afro-Surinaamse gemeenschap gaat het afscheid gepaard met veel rituelen van zang en gebed. De overledene wordt gecremeerd of begraven, net wat gewenst is. Dat hangt af van iemands geloofsrichting - charismatisch christen, jehovah of methodist bijvoorbeeld. Voor ons is dat niet van belang. Gelukkig is het geloof dynamisch en gelooft het merendeel van de christenen niet meer in het hellevuur en gedachtenpatronen uit de Middeleeuwen. De geboorte aan gene zijde is al geschied door de loskoppeling van het fysieke lichaam; in de Bijbel spreekt men mooi over het doorknippen van de geestelijke navelstreng, het zilveren koord. Resomeren vind ik een mooie uitvinding. Zeker omdat het beter is voor het milieu. De mens bestaat bovendien voor 70 & uit water, net als de aarde. Prachtig toch? Van stof tot stof, van water tot water, wat maakt het uit? Het zilveren koord is toch al doorgeknipt.”

► “De mens bestaat voor 70% uit water, net als de aarde”

Doe-het-zelf-grafkist

Een bijna CO2-neutrale grafkist die mensen per post kunnen ontvangen en zelf in elkaar kunnen zetten. Daarmee hebben initiatiefnemers Navied Tavakolly uit Venlo en Dingco Geijtenbeek uit Vaassen de 1e Final Footprint Challenge gewonnen.

De challenge is een initiatief van Stichting Duurzaam Afscheid - opgericht door coöperatie DELA en Yarden Uitvaartorganisatie - en Stichting GreenLeave. Zij zijn ervan overtuigd dat op allerlei aspecten rondom de uitvaart milieuwinst is te behalen. Door samen te werken, zoals in deze challenge, zal het verduurzamen van uitvaarten sneller gaan.

Inmiddels is een nieuwe versie uit ontwikkeld die ‘GreenLeave Ready’ is en aan de professionele eisen en verwachtingen van een uitvaartverzorgers voldoet. Dit is een moderne eco-uitvaartkist die verpakt in een compacte doos als pakket wordt verstuurd. Gemaakt van 100% formaldehyde vrij populieren hechthout en biologisch afbreekbaar. Dus ook geschikt voor natuurbegraven. De ‘doe-het-zelf-oplossing’ is vernieuwend, want vele kilometers aan onnodig vervoer van lege kisten worden hiermee vermeden.



Papierloos communiceren met Yarden? Kies voor duurzaam!

Yarden kiest voor duurzaam. Wij communiceren graag papierloos met u. Doet u mee? Heeft u nog geen Mijn Yarden account? Maak deze dan direct aan op yarden.nl/mijnyarden. Wij ontvangen dan automatisch uw e-mailadres. Dat is makkelijk, want zo kunnen wij u ook online bereiken. Met Mijn Yarden heeft u snel en veilig toegang tot uw (polis)gegevens. Altijd en overal. Handig voor u én goed voor het milieu!

Op Mijn Yarden kunt u:

- Uw verzekeringen bekijken en aanpassen
- Uw facturen bekijken en betalen
- Uw bankgegevens aanpassen
- Uw contactgegevens aanpassen
- Uw uitvaartwensen invullen en vastleggen

[Klik hier](#) voor meer informatie en het aanmaken van uw account

“De vijf elementen
mogen niet in
disbalans raken”



Pandit Shankar Upadhyay
Hindoe priester, afkomstig uit
India, woonachtig in Nederland
sinds 1989

“Voor de hindoes is de Ganges een heilige rivier. Het lichaam van een overleden heilige wordt volgens de regels niet verbrand, maar aan de Ganges toevertrouwd of begraven. Volgens het hindoeïsme wordt bij overlijden het lichaam teruggegeven aan de vijf elementen van de natuur: water, lucht, ether, aarde en vuur. Op zich heb ik geen moeite ermee als een lichaam in water wordt opgelost. Wèl is daarbij essentieel dat de chemicaliën die gebruikt worden geen enkel levend wezen beschadigen. Ook de kleinste organismen mogen geen negatieve effecten ondervinden. De vijf elementen mogen niet in disbalans raken. Is het water dat wordt afgevoerd dus veilig voor het milieu? Dat is belangrijk om te weten.”

Noot van de redactie:

TNO-onderzoek toont aan dat het restwater dat overblijft na het resomatieproces steriel (PH-neutraal) is en geen menselijk DNA bevat.



Monica den Boer
Tweede Kamerlid D66

“D66 vindt het belangrijk dat mensen bij een uitvaart voldoende keuzevrijheid hebben. Als resomeren aan de uitvaartmogelijkheden wordt toegevoegd, zou ongeveer 25 procent van de Nederlanders dat overwegen als een mogelijk alternatief voor begraven of cremieren. We willen in de Tweede Kamer bespreken waarom we welke nieuwe uitvaartmogelijkheden willen toelaten. Daar moeten regels over komen. Hierbij moet gekeken worden naar welke waarden hierin centraal horen te staan, zoals de volksgezondheid en het geluk van nabestaanden. Een vraag die leeft is of resomeren wel veilig is. Dat zijn heel belangrijke vragen om te onderzoeken. Dit is recent gedaan door TNO en de uitkomsten waren positief: er zijn geen (veiligheids)redenen om resomeren niet wettelijk toe te staan in Nederland. Op dit moment ligt er dus nog geen besluit voor in de Tweede Kamer. Ik zal het onderwerp bespreekbaar maken.”

Leg uw uitvaartwensen vast

Yarden zet zich in om resomeren in Nederland mogelijk te maken. Iets voor u? Of kiest u liever voor begraven of cremieren? Leg uw wensen vast en praat erover met de mensen om u heen. Of bespreek ze geheel kosteloos met een van onze uitvaartconsulenten. Zo weten uw dierbaren straks wat ze voor u kunnen regelen. Meer informatie [vindt u hier](#)

Wordt u ons nieuwe ledenraadslid?

Meld u aan als kandidaat-lid voor de ledenraad van Vereniging Yarden. Wilt u meebeslissen over de toekomst van de vereniging? De organisatie leren kennen? We zoeken negen enthousiaste leden.

Loes Looman (58) is Ledenraadslid sinds 2014: 'Fijn om mee te kunnen denken'

"Het voelt alsof ik lid ben van één grote Yarden-familie waarin we met z'n allen proberen elkaar te versterken. In de Ledenraad vertegenwoordig ik de provincie Gelderland. Hier op de Veluwe hebben we andere gewoontes dan in de Randstad. Laatst had Yarden bedacht dat alle crematoria en uitvaartcentra in Nederland een open dag zouden houden... op zondag! Hier is dat not done, dus hebben we ervoor gezorgd dat het op een zaterdag plaatsvindt. Het is fijn om mee te kunnen denken over het beleid van Vereniging Yarden, als het gaat om bewustwording, voorlichting en nazorg.

Als Ledenraadslid woon ik zes á zeven keer per jaar een vergadering bij. Het wordt namelijk op prijs gesteld als naast de vier algemene vergaderingen van de Ledenraad, ook een van de afgevaardigden van een provincie aanwezig is bij de vergade-

ringen van het Regionale Activiteiten Bestuur (RAB). Voorheen vonden die vergaderingen altijd plaats op één vaste locatie. Inmiddels vergaderen we door heel Gelderland, telkens op een andere locatie van Yarden. Omdat we graag meer verbinding tussen het bedrijf Yarden en de vereniging wilden creëren. Wanneer we op zo'n locatie zijn, spreken we ook altijd even met de manager van het uitvaartcentrum. We maken een rondje en zien dan hoe het er daar aan toe gaat. Hierdoor zijn de lijntjes onderling korter geworden en zoekt iedereen elkaar net wat makkelijker op. Ik ben er trots op dat we dit voor elkaar hebben gekregen. Ik kan me voorstellen dat mensen zich afvragen of het niet te veel tijd kost om steeds te vergaderen met de Ledenraad. Maar dat valt reuze mee. Het is vooral hartstikke nuttig en interessant." ■



Ledenraadslid bij Vereniging Yarden iets voor u?

- ◉ De ledenraad is de vertegenwoordiger van de leden van Vereniging Yarden. De raad komt 4 keer per jaar samen voor een landelijke vergadering. De hoofdtaken zijn:
 - ◉ het benoemen van het Hoofdbestuur;
 - ◉ het verenigingsbeleid vaststellen;
 - ◉ het goedkeuren van de begroting en jaarrekening van de vereniging;
- ◉ het vaststellen van wijzigingen in de statuten en de reglementen;
- ◉ het toetsen van het beleid nadat het is ingevoerd. Uw mening telt! Door deel te nemen aan de ledenraad vertegenwoordigt u de leden van Yarden. Meer over de werkzaamheden van de raadsleden [leest u hier](#)

i Interesse? Meld u aan! [Klik hier](#), [Klik hier](#) om het aanmeldformulier in Word te downloaden en omschrijf kort uw motivatie. Dit kan tot 20 februari.

“Een gedenkplek heb ik niet nodig”



De ouders van Imke ter Wolbeek (50) hebben hun lichaam ter beschikking gesteld aan de wetenschap. Voor de nabestaanden betekent dit dat ze binnen 24 uur definitief afscheid moeten nemen.

“Al in 1980 hebben mijn ouders vastgelegd dat ze na hun dood hun lichaam wilden doneren aan de wetenschap. Mijn broer en ik waren daarvan op de hoogte, maar ik geloof niet dat we het er ooit echt over hebben gehad. Naar hun beweegredenen moet ik daarom gissen. Ik denk dat het voor mijn moeder vooral belangrijk was dat ze geen stukje grond wilde opeisen. Zij hield niet van verspilling.”

Witte roos

“Wat de consequenties van hun keuze waren, wist ik wel. Binnen 24 uur na overlijden zou het stoffelijk overschot worden overgebracht naar het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC). In november vorig jaar overleed mijn vader na een kortstondig ziekbed. Hij had alle benodigde papieren klaargelegd, waaronder een handgeschreven verklaring. We wisten dus welk nummer we moesten bellen. Het ophalen van het lichaam verliep heel respectvol. Als

nabestaanden kregen we alle tijd die we nodig hadden. Bij vertrek lieten ze een witte roos achter, heel mooi. Mijn moeder heeft nog een tijd lang elke week een witte roos gehaald en bij mijn vaders foto gezet.”

Loslaten

“Mijn ouders zijn meer dan zestig jaar samen geweest. Ze zijn altijd van plan geweest om tegelijk uit het leven stappen. Ook dat wisten wij. Maar mijn vaders ziekte verliep zo snel, dat dat niet meer kon. Na zijn overlijden had mijn moeder het heel zwaar. Al snel besprak ze met ons de wens om een einde aan haar leven te maken. Uiteindelijk heeft ze dat in maart van dit jaar gedaan. Eigenlijk is ze overleden aan een gebroken hart. Er zijn mensen die zeggen dat het egoïstisch van haar was om ons achter te laten. Maar ik zie dat anders. Het zou juist egoïstisch van ons zijn geweest als we hadden geprobeerd haar op andere gedachten te brengen. Liefhebben is loslaten.”

Bewust afscheid

“Ook mijn moeders lichaam werd meteen opgehaald en naar het LUMC overgebracht. Dat ik al zo snel definitief afscheid moest nemen, maakte het voor mij niet extra moeilijk. Dat heb ik voor hun overlijden heel bewust kunnen doen. Alles wat we wilden zeggen, is gezegd. Bovendien hebben we het overlijden pas gemeld toen we daar zelf klaar voor waren. Dat hoeft echt niet de minuut nadat de laatste adem is uitgeblazen.”

Rust

“Mijn familie en ik wilden nog wel graag een afscheidsbijeenkomst organiseren. Beide keren hebben we die een dag of tien na het overlijden gehouden, terwijl dat normaal gesproken natuurlijk veel sneller moet. Het was fijn dat we alle tijd hadden om te bedenken hoe we het precies wilden invullen. Bovendien was de bijeenkomst minder beladen. Op een uitvaart zit je altijd zo aan te hikken tegen het moment dat het lichaam begraven of gecremeerd wordt. Het allerlaatste moment dat de overledene nog bij je is. Bij ons was dat moment al achter de rug, de druk was van de ketel. Bij de organisatie van de bijeenkomst zijn we goed begeleid door Eleonora Rhebergen van

Yarden & de Vries uitvaartzorg. Het was voor haar ook best vreemd, zo'n uitvaart zonder lichaam. Zij kan het natuurlijk goed vergelijken. Na afloop zei ze dat ze vond dat we zo'n rust uitstraalden. We hadden echt al tijd gehad voor onze eigen verwerking. Normaal gesproken kom je daar eigenlijk pas na de uitvaart aan toe.”

“We hadden al tijd gehad voor onze eigen verwerking”

Huiselijk

“We waren natuurlijk geheel vrij in de keuze voor de locatie van de afscheidsbijeenkomst. Het werd een restaurant in een verbouwde kas, bij ons in Vogelenzang. Mensen liepen in en uit, er was wijn, de hond kon mee: het was heel informeel en laagdrempelig. Een huiselijk gevoel. Overigens waren mijn ouders wel gewoon verzekerd bij Yarden. Je weet nooit zeker of je lichaam geaccepteerd wordt. Er kan bijvoorbeeld een

tijdelijke stop zijn en je mag ook niet pasgeleden geopereerd zijn. Nu konden we het geld van de verzekering gebruiken voor de afscheidsbijeenkomst.”

Gedenkplek

“Een gedenkplek voor mijn ouders is er niet, maar die heb ik ook niet nodig. Ze zitten in mijn hart, dat is voor mij voldoende. En thuis heb ik veel mooie foto's staan. Ik kreeg onlangs wel een uitnodiging van het LUMC voor de opening van een gedenkplek voor iedereen die zijn lichaam gedoneerd heeft. Dat vind ik wel een heel mooi en respectvol gebaar. Ik denk dat ik met mijn zoon en dochter naar de opening ga.”

Belangrijk

“Al met al kijk ik met een goed gevoel terug op het afscheid van mijn ouders. Zo goed zelfs, dat ik heb besloten om zelf ook mijn lichaam aan de wetenschap te doneren. Ik heb dat al met mijn man en kinderen besproken en zij staan erachter. Anders zou ik het ook niet doen, hoor. Voor studenten geneeskunde is het heel belangrijk dat zij op een echt lichaam kunnen oefenen. Dus waarom niet op dat van mij? Ik volg graag het goede voorbeeld van mijn ouders.” ■



OVER LICHAAMSDONATIE

Om uw lichaam beschikbaar te stellen aan de wetenschap, moet u zelf toestemming geven aan een anatomisch instituut bij u in de buurt. Het instituut vraagt u een handgeschreven verklaring (codicil) te maken. Na uw overlijden nemen uw nabestaanden zo snel mogelijk contact op met het instituut, zodat uw lichaam bin-

nen 24 uur kan worden opgehaald. Het is belangrijk om uw wens met uw dierbaren te bespreken, zodat zij weten wat hen te wachten staat. Uw lichaam zal worden gebruikt voor medisch-wetenschappelijk onderwijs en onderzoek. Wilt u meer weten? Onze uitvaartconsulenten vertellen u er graag over.



Voor het boek 'Van harte gecondoleerd' is Ameline nog zoek naar jongvolwassenen die één of beide ouders hebben verloren vanwege een erfelijke ziekte of zelfdoding. Het gaat om personen die destijds tussen de 17 en 25 jaar oud waren en momenteel niet ouder van 34 zijn. Bent of kent u iemand? Neem dan contact op via mail

Op jonge leeftijd verloor Ameline Ansu (31) kort na elkaar haar beide ouders. Een onvoorstelbaar verlies dat haar even een stap terug deed zetten. Ondanks alles geeft ze zich niet zomaar gewonnen. ‘Als puntje bij paaltje komt, sta ik mijn mannetje.’

“Niets mis met een stapje terugdoen”

Ameline: “Mijn moeder groeide op in een klein Drents dorpje. Als enige van haar familie trok zij in de jaren tachtig naar ‘de grote stad’. Ze ging studeren in Rotterdam, waar ze mijn vader ontmoette, die even daarvoor vanuit Sierra Leone naar Nederland was gekomen op een Erasmus-beurs. Ze trouwden al vrij snel en in 1987 werd ik geboren. Lang duurde het gezinsgeluk niet, ze gingen uit elkaar toen ik nog maar drie jaar oud was. Ik bleef bij mijn moeder wonen.”

Dankbaar

“Met niemand was ik zo hecht als met haar. Als alleenstaande, werkte de moeder was zij degene die me heeft geleerd alles uit mezelf te halen. Ze kreeg de diagnose lymfeklierkanker toen ik tien was. De kanker overleefde ze, maar haar lichaam had een behoorlijke opdonder gekregen door de chemo, bestralingen en een bloedtransfusie die ze had moeten ondergaan. In de jaren daarna ging ze gewoon weer aan het werk. Ondertussen genoten we dubbel van het feit dat ze nog leefde. Want dat dat een wonder was, hadden de artsen nadrukkelijk gezegd. Samen zijn we nog op reis geweest, naar Tsjechië, Slovenië en Kroatië. Dat ik zulke mooie dingen heb gedaan met haar, daar ben ik heel dankbaar voor. Uiteindelijk is ze overleden in 2010. De laatste twee jaar van haar leven heb ik voor haar gezorgd. Ik pendelde heen en weer tussen Rotterdam en Utrecht waar ik inmiddels een

baan had. Ik deed de boodschappen, maakte het huis schoon, deed alle financiën en ging mee naar elke afspraak in het ziekenhuis. Toen ze overleed, stortte ik volledig in. Mijn beste vriendinnen zijn in die periode continu bij me geweest. Daarnaast had mijn moeder een grote familie en veel vriendinnen. Ook bij hen kon ik toen, maar vandaag de dag nog steeds, terecht.”

“Zeker duizend man liep uit om afscheid van hem te nemen”

Ebola

“Heel anders voelde het toen mijn vader stierf. Met hem had ik een andere band opgebouwd dan met mijn moeder. Ik zag hem alleen in de weekenden. Maar voor zijn doen en kunnen, en vanuit zijn cultuur bekeken, was hij een vader die veel in mijn leven aanwezig was. Toen ik zestien was, is hij terug naar Sierra Leone gegaan, omdat hij het land miste en daar een bestaan wilde opbouwen. Toen ik zeventien was, heb ik een tijd bij hem doorgebracht in Sierra Leone. We hebben veel gepraat en ik kon nu met eigen ogen zien waar hij was opgegroeid. Alles viel voor mij op z'n plek. Tien jaar later overleed hij, in 2014. Door

communicatiemisverstanden werd ik pas een aantal dagen later ingelicht over zijn dood. Gelukkig hebben ze gewacht met de begrafenis tot ik naar Sierra Leone zou komen. Dat was uitgerekend in de periode waarin de ebola volop was uitgebroken. Met de laatste mogelijke vlucht kon ik er nog heen. Mensen hier verklaarden me voor gek, ik moest zelfs mijn huisarts overtuigen. Maar ik wilde per se gaan: het was tenslotte mijn vader.”

Niet aanraken

“Mijn neef kwam me ophalen van het vliegveld en ik wilde hem omhelzen. Maar vanwege het besmettingsgevaar mocht ik niemand aanraken. Dat mijn vader in zijn gemeenschap een gewaardeerd man was, werd op de dag van zijn begrafenis wel duidelijk. Hij had bij leven een hoge functie gehad bij een telecommunicatiebedrijf én was actief geweest in de kerk. Het nieuws van zijn overlijden was twee dagen lang op televisie. Zeker duizend man liep uit om afscheid van hem te nemen. Volgens traditie droegen wij als familie witte kleding. De condoleance vond plaats in de woonkamer, waar mijn vader in een open kist lag opgebaard. In mijn vaders cultuur bestaat er bovendien een ritueel dat we hier in Nederland niet kennen. Om kinderen te laten wennen aan de dood, tillen ze hen over de kist heen. Dit doen ze om te laten zien: kijk, de dood is niet eng. Ook geheel volgens traditie kwamen oud-collega's van mijn vader die



“Toen ik terugkwam uit Sierra Leone, besefte ik: nu ben ik alleen”

“Als puntje bij paaltje komt, sta ik mijn mannetje”

terug doen. Maar daar is niks mis mee. Hopelijk vinden de lezers straks herkenning in mijn boek en voelen ze zich gesteund.”

Gelukkig

“Naar de toekomst kijk ik met een glimlach. Het verlies van mijn ouders en alles wat ik heb meegemaakt, heeft me gevormd. Maar ik ben mentaal heel sterk. Als puntje bij paaltje komt, sta ik mijn mannetje. Ik heb er keihard aan gewerkt om de persoon te zijn die ik nu ben. En ik kan zeggen dat ik gelukkig ben.” ■

dag geld brengen dat ik namens de familie in ontvangst moest nemen. Dat geld wordt beschouwd als de uitvaartverzekering. Niets om je voor te schamen. Sterker nog, ik moest uitgebreid, ten overstaan van iedereen uitspreken hoe dankbaar we waren voor hun financiële bijdrage. Vervolgens gingen we naar de kerk, waar de herdenkingsdienst plaatsvond met veel muziek, uitbundig zingen en klappen. Ik heb iets voorgelezen uit de Bijbel. En in het Nederlands afscheid genomen van mijn vader. Niemand verstond het, maar dat maakte mij niets uit. Dit was iets tussen mijn vader en mij.”

“Toen ik terugkwam uit Sierra Leone, besefte ik: nu ben ik alleen. Mijn moeder mis ik het meest. Maar voor mijn gevoel is ze altijd bij me. Zelf ben ik niet bang voor de dood. Ik ben niet zozeer met de dood bezig, wel met wat ik voor mijn nabestaanden moet doen. Zo heb ik bijvoorbeeld een wilsverklaring laten opstellen en een testament. Door de dood van

mijn ouders ben ik daar heel realistisch in: we hebben nu eenmaal niet het oneindige leven.”

Tussen wal en schip

“Momenteel schrijf ik een boek dat ik als titel heb gegeven: ‘Van harte gecondoleerd’. Dat doe ik naast mijn werk als programmasecretaris op een project bij Binnenlandse Zaken. Wat me opviel, is dat er nog geen boek te vinden is over rouwverwerking voor jongvolwassenen die één of beide ouders verloren hebben. Dit soort boeken zijn vooralsnog vooral gericht op jonge kinderen of volwassenen. De groep daartussenin valt tussen wal en schip. Naast nuttige tips zullen er in het boek persoonlijke verhalen aan bod komen. Ook luchtige anekdotes, omdat alles al zo rauw is. Wat ik andere jongvolwassenen vooral wil meegeven is dat ze niet te streng voor zichzelf hoeven te zijn. Zelf belandde ik na de dood van mijn moeder in een burn-out. Juist in de jaren waarin ik grote stappen maakte, moest ik even een stapje

Rouwen van jong tot oud
Marieke de Bruijn, gespecialiseerd in rouw- en verliesverwerking, vertelt over rouwverwerking: “Een kind van twee weet precies wat verlies is. Het lijdt daaronder, maar kan de dood niet verstandelijk benaderen. Kleuters hebben de neiging de dood als iets tijdelijks te beschouwen. Kinderen van zestien jaar en ouder ervaren het als een volwassene en gaan vooral op zoek naar de betekenis van leven en dood. Bij het begeleiden bekijk ik hoe er met eerdere verliezen is omgegaan en hoe de band was met de overledene. En of er een vertrouwde omgeving is waarin ze worden opgevangen. Tot slot adviseer ik om overledenen in herinnering te houden door middel van foto’s en gesprekken.”

Meer weten over het rouwproces van kinderen? [Klik hier](#)

Maak kans op een verblijf in een luxueus vakantiepark

T.W.V.
€ 449,-

Op slechts tien minuten fietsen van het beroemde Vrijthof in Maastricht geniet u tijdens een midweekarrangement in het meest luxueuze vakantiepark van Limburg. Dormio Resort Maastricht combineert comfort en luxe in een bosrijke omgeving met het bruisende karakter van Maastricht.

Inbegrepen: verblijf, eindschoonmaak, gebruik van bedlinnen en handdoeken, opgemaakte bedden bij aankomst.

Niet inbegrepen: milieu- en verblijfsbelasting van € 1,90 pppn. Geldig voor maximaal 4 personen en te boeken op basis van beschikbaarheid en buiten schoolvakanties.

i [Kijk hier voor meer informatie](#)



HANDIG

Vragen? Stel ze aan onze Virtuele Assistent!



GA NAAR
YARDEN.NL

Wist u dat u op ieder moment van de dag al uw vragen kunt stellen aan onze Virtuele Assistent? Heeft u informatie nodig over het meeverzekeren van uw kinderen? Wilt u uw gegevens wijzigen of zien wat er precies gedekt is binnen uw polis? Of bent u benieuwd welke activiteiten er in uw regio worden georganiseerd? Onze Virtuele Assistent helpt u graag verder!

WAT KAN ONZE VIRTUELE ASSISTENT VOOR U BETEKENEN?

- Geeft antwoord op uw vragen.
- Is 24 uur per dag beschikbaar.
- Zorgt ervoor dat u nooit hoeft te wachten: u wordt direct en snel geholpen.
- Is uw handige hulp bij het zelf regelen van uw zaken bij Yarden op yarden.nl.

HOE WERKT HET?

Ga naar yarden.nl. Rechts in beeld ziet u onze Virtuele Assistent. Klik op het vraagteken en stel uw vraag. Wordt die onverhoopt niet naar wens beantwoord? Dan brengen wij u direct in contact met een medewerker van Yarden via een live chat of WhatsApp (tussen 08.00 en 21.00 uur).

VEEL GESTELDE VRAGEN

Misschien bent u al geholpen met de veel gestelde vragen aan Yarden. Die en de antwoorden daarop vindt u op yarden.nl.

i [Kennis maken met onze Virtuele Assistent? Klik hier](#)

©PERSBELANGEN

één kanalic		achterstands-wijk roest		Midden en Klein-bedrijf (afk.)		pre-historisch dier redekunst		klap
			6	schier-eiland				
water in Brazilië let wel!								9
		1		dichtst-bijzijnde	summum water-kering			
bolwerk	muziek-stuk video					4	trans-actie	niet kunnen spreken
				aan de aarde gebonden naad		7		
vliegende schotel moslim								2
bundel papier				3	Collectieve Arbeids-overeen-komst (afk.)			
stal-afval		8			berg-weide			5

1 2 3 4 5 6 7 8 9

LOS DE ZWEDSE PUZZEL OP

Vul vóór 1 maart 2019 uw oplossing in op: www.yarden.nl/puzzel. Vermeld uw naam, adres, telefoonnummer en mailadres. Uit alle inzenders wordt één winnaar getrokken. Bent u de gelukkige, dan krijgt u uiterlijk voor 1 april 2019 persoonlijk bericht. Over de uitslag wordt niet gecorrespondeerd.

De vorige prijswinnaar was: **F. Scheuneman uit Nieuw-Buinen**.

De volgende prijswinnaars hebben een belevenisbon gewonnen:

Jessica van der Velde, Gré van Essen Pauw, John Lemkes, Wim Brizee, Nicoline Kootstra

Voor iedereen een goed en waardig afscheid bereikbaar maken, rekening houdend met ieders cultuur, religie en achtergrond. Dat is wat Yarden haar leden belooft. Jan Pieter van As is heilsoldaat en vrijwilliger bij het Leger des Heils. Hij vertelt hoe de uitvaart van een heilsoldaat in zijn werk gaat.

“Het afscheid is maar tijdelijk”

“Als je een uitvaart van een heilsoldaat bezoekt, merk je dat de sfeer anders is dan je gewend bent. Vrolijker, minder zwaar. Natuurlijk hebben de aanwezigen verdriet omdat ze hun dierbare nu moeten missen. Maar tegelijkertijd zijn ze blij. We vertrouwen er namelijk op dat wanneer je in Jezus Christus gelooft, je na je dood naar de hemel gaat. Bevorderd tot Heerlijkheid, noemen we dat. De overledene gaat naar een mooie plek en we zullen elkaar daar terugzien.

Het Leger des Heils is een geloofs-beweging die zich laat inspireren door de Bijbel, en dan vooral door de woorden en daden van Jezus. Vanuit ons geloof zetten we ons in voor de zwakkeren in de samenleving. Zonder uitzondering. Wat je in je verleden ook gedaan hebt, wij gaan altijd met je op weg. We willen in de maatschappij getuigen van ons geloof. Daarom dragen heilsoldaten, de belijdende leden van onze kerk, een uniform. Dat uniform symboliseert ook de strijd die we aangaan tegen onrecht en ongeloof. Wanneer een heilsoldaat overlijdt, wordt hij of zij in het uniform begraven. Vaak leggen we de pet op de kist.

Op die kist ligt ook een wit kleed, het heiligingskleed. Bij een reguliere kerkdienst op zondag ligt dit kleed op de zondaarsbank. Daar kniel je op om je over te geven aan God, om te vragen om vergeving voor iets wat je fout hebt gedaan.

Wit staat voor zuiverheid en heiligheid. Het kleed heeft een rode rand, die staat voor het bloed van Jezus. Zo spelen er bij een uitvaart nog meer kleuren een rol. In de rouwstoet gaat de vlag met ons wapenschild voorop. De vlag bestaat uit drie kleuren: rood, geel en blauw. Rood staat daarbij weer voor het bloed van Jezus, geel voor het vuur van de Heilige Geest en blauw voor de zuiverheid van de Heilige Geest. Ook op de rouwkaart kom je symboliek tegen. Vaak staat er een logo

“Bij bijna elke uitvaart wordt live muziek gemaakt”

met een kruis en een kroon op. De kroon symboliseert de gloriekroon die God je belooft wanneer je Hem trouw dient. Het is de kroon op je werk, op je strijd en inzet gedurende je leven. Daar doorheen staat het kruis van Jezus. Hij heeft de weg naar de Vader voor ons geëffend. Tijdens de afscheidsdienst speelt muziek een grote rol. We hebben een eigen liederenbundel waar we uit zingen. Er zijn ook veel bands, koren en muziekgroepen aan het Leger verbonden. Bij bijna elke

uitvaart wordt daarom live muziek gemaakt. Wanneer de overleden heilsoldaat lid was van een muziekgroep, zal de rol van muziek nog groter zijn. Wellicht dat een van de bandleden dan een woordje spreekt. Verder wordt het woord vooral door de voorganger gevoerd en door de familie van de overledene. Wat dat betreft zijn er weinig verschillen met een uitvaart bij een andere geloofsgemeenschap.

Het Leger des Heils verzorgt ook uitvaarten voor mensen die geen heilsoldaat waren. Mensen die wel onze doelstellingen onderschrijven maar geen belofte afleggen en geen uniform dragen, worden adherent-leden genoemd. Hun uitvaart verloopt in principe hetzelfde als het afscheid van een heilsoldaat. Het enige verschil is dat er geen heiligingskleed gebruikt wordt. Ook wie geen directe banden heeft met het Leger des Heils, kan zijn uitvaart door ons laten verzorgen. Dan ontbreken wel symbolen als de vlag en de kroon.

Het Leger des Heils bezit een aantal eigen graven op begraafplaats De Nieuwe Ooster in Amsterdam. Hier begraven we onze officieren, heilsoldaten die hun leven volledig gewijd hebben aan het Leger des Heils. Ook de bekendste heilsoldaat die het Leger ooit gekend heeft, majoor Bosshardt, ligt hier begraven. Daarnaast staat er een prachtig monument voor alle overleden officieren. Een imposant eerbetoon.” ■



★ FEITEN & CIJFERS

Het Leger des Heils is zowel een professionele hulpverleningsorganisatie als een geloofsgemeenschap.

Het Leger des Heils is in 1865 opgericht in Engeland, door predikant William Booth. Booth kwam tot de conclusie dat mensen die in armoede leefden, in eerste instantie niet op een goed verhaal zaten te wachten. Daarom besloot hij niet alleen de boodschap van het geloof te verspreiden, maar ook voedsel en andere hulp.

In Nederland zijn er 50 kerken van het Leger des Heils. In 2017 waren er 4.991 mensen lid van het kerkgenootschap. 3.333 van hen bezochten de wekelijkse kerkdiensten. 20.068 mensen namen deel aan activiteiten van de korpsen van het kerkgenootschap.

Het Leger des Heils is onder andere bekend om zijn maaltijdprojecten. In 2017 werden er in totaal 6,4 miljoen maaltijden verstrekt, waarvan 0,8 miljoen gratis.

bron: legerdesheils.nl

ReShare Het weggeven van kleding van een overleden dierbare is een emotioneel moment. Omdat wij van Yarden er ook voor u willen zijn op dat moment, werken we samen met het Leger des Heils. Zo krijgt de kleding een nieuwe bestemming. Op onze locaties staan inzamelboxen waarin u kleding kunt geven voor mensen in nood. Kijk [hier](#) voor een overzicht van locaties bij u in de buurt.



“Het zijn kleine opmerkingen die **veel kunnen helpen**”

December 2017 overleed de vrouw van Tom Schreuders (68), Lydia, na een kort en hevig ziekbed. Snel daarna meldde hij zich aan bij een lotgenotengroep.

Tom: “Het is kort geleden, kunt u dit wel aan?”, vroeg de begeleidster van de lotgenotengroep. Ja, ik was emotioneel, het verdriet was nog vers, Lydia was een week ervoor gecremeerd, maar ik wilde het proberen. Het was januari, de volgende groep zou pas een jaar later starten. Als het niet ging, kon ik altijd stoppen. Ik praat gemakkelijk en ben best open. Bovendien ben ik door mijn jarenlange werk als afdelingshoofd gewend met allerlei mensen overleg te voeren. Ik zag er niet tegenop mijn verhaal met een groep te delen.”

Geen kruisje

“Na een dag perenplukken in september, in de boomgaard van een familielid, had Lydia op de terugweg ineens moeite uit haar woorden te komen. Aanvankelijk dacht de neuroloog aan uitval als gevolg van een eerder trauma, maar twee kwaadaardige hersentumoren bleken de oorzaak. En zo verandert je leven in één klap. Alles verliep altijd op rolletjes. Ons huis had geen kruisje. Onze twee jongens hadden een goede jeugd, Lydia en ik een gelukkig en

“De pijn is er nog steeds, maar de scherpe randjes zijn eraf”

plezierig huwelijk. Ze was altijd vol energie en vrijwel nooit ziek. Na een mooie loopbaan bij een scheepswerf was ik met prepensioen, we zouden genieten en samen oud worden. Na de operatie ging het slechter met Lydia dan ervoor. Ze had een spraakstoornis, was verlamd aan haar rechterzijde en incontinent. Het ergste vond ik dat we niet meer met elkaar konden praten. Wat voelde ze? En hoe voelde ze zich? Ik schiet daar nog steeds van vol. We spraken altijd alles naar elkaar uit. Drieënhalve maand later is ze overleden. Ineens moest ik mijn lieve, zorgzame vrouw missen, die zo tevreden en bescheiden in het leven stond.”

Onverwachte momenten

“De lotgenotengroep bestond uit acht mensen. Het begon met een-op-een sessies. We vertelden elkaar ons verhaal, vervolgens deelde de ander jouw verhaal met de groep. We zaten in een kring. Er kwamen veel emoties los. Dat is onwennig tegenover vreemden, maar na deze

eerste sessie was het ijs gebroken. Twee weken later kwamen we opnieuw samen om te bespreken wat de goede en moeilijke momenten waren sinds de eerste bijeenkomst.

Wat ik moeilijk vind is als emoties ineens opkomen. Dat iemand in de supermarkt vraagt hoe het met me gaat en ik het te kwaad krijg. Ik ben gauw geraakt. Dat was toen en is nu nog, hoewel iets minder heftig. Die onverwachte momenten dat het verdriet me overvalt vind ik lastig. Ik ben een regelaar, heb de zaken graag onder controle, dat lukt hierbij niet. En het fijne was dat we elkaar daarin begrepen in de groep. Die herkenning is zo prettig: ‘Erg hè, thuiskomen in een leeg huis?’ Of gewoon het gevoel waarmee je worstelt in de groep gooien. Het zijn kleine opmerkingen die veel kunnen helpen. Een dame zei niet goed te kunnen praten en zichzelf altijd onzeker te vinden. Ik zei dat ik vond dat ze goed praatte – wat ik oprecht meende. Een aantal weken later vertelde ze dat haar dochter had gezegd dat ze veranderde, zelfbewuster was. We spraken in de groep dus niet alleen over het verdriet, maar ook over persoonlijke gevoelens en ons zelfbeeld.”

Voor het eerst eropuit

“Het waren acht lotgenotenbijeenkomsten. Met zes weken later nog een evaluatieavond. Daar besloten we met een groepje een fietstocht te gaan maken. Inmiddels hebben we al een hele serie ritten erop zitten. Toepasselijk genoeg ben ik de TomTom. Ik fietste sowieso al veel, maar sommigen hebben jarenlang hun partner verzorgd en trekken voor het eerst weer eropuit. Tijdens het fietsen wordt veel gepraat. We zijn zelfs een paar dagen op vakantie geweest naar de Moezel. In de winter, als het te koud is voor fietsen, houden we spelletjesavonden. We blijven graag met elkaar in contact.”

Diepste gevoelens

“Die eerste tijd na het overlijden van Lydia was het verdriet vreselijk intens. Alleen een kopje thee drinken, alleen op bezoek gaan, alleen aan het avondeten beginnen. Afschuwelijk. Regelmatig liep ik huilend door het huis. De pijn is er nog steeds, maar de scherpe randjes zijn eraf. Twee dagen in de week werk ik aan het historisch archief op de scheepswerf. En ik heb lieve mensen om mij heen. Een lotgenotengroep raad ik iedereen aan. Misschien is het een enorme stap je op te geven - in onze groep zaten ook mensen die aanvankelijk met lood in hun schoenen kwamen - maar je wordt geholpen. Waar kun je je diepste gevoelens beter kwijt dan bij mensen die precies hetzelfde doormaken? Praten lucht op. Je moet niet alleen in je verdriet blijven ronddraaien.” ■

i
Vereniging Yarden kan helpen met het verwerken van verlies. Meer weten? [Kijk hier](#)

Yarden heeft ruim tweehonderd enthousiaste vrijwilligers. Wie zijn deze mensen en wat zijn hun drijfveren om hun steentje bij de dragen? In iedere editie van VERDER een kennismaking. Deze keer: **Irene Bredze-van Londen (62) en Margreeth Schermer-van Londen (60).**

“Yarden past bij de manier waarop wij zijn opgevoed”

Irene: “Onze familie is onze basis. “We zijn met zeven zussen en hebben een heel hechte band. Margreeth en ik werden thuis de Siamese tweeling genoemd, omdat we alles samen deden. Zag je mij, dan zag je haar. En nog steeds! We zaten samen op school, deden allebei aan softbal, hebben allebei bij de Landmacht gewerkt, wonen bij elkaar in de straat en verkopen samen stroopwafels op de markt. Ook ons vrijwilligerswerk doen we samen: voor het Buddy Netwerk en voor Yarden.”

Regie

Margreeth: “Het afscheid van onze moeder verliep helaas niet zoals we voor ogen hadden. De uitvaartverzorger kwam te laat op de eerste afspraak en heeft verschillende dingen niet goed geregeld. Toen onze vader overleed, hebben we daarom voor Yarden gekozen. Dat was allemaal perfect verzorgd. De uitvaartverzorger was er om ons te ondersteunen, maar bleef op de achtergrond. Wij als familie hadden de regie. De laatste drie jaar van zijn leven hebben we met de hele familie onze dementerende vader thuis verzorgd. Het was voor ons heel belangrijk dat we ook die laatste momenten goed voor

hem konden zorgen. Op een herdenkingsbijeenkomst van Yarden kregen Irene en ik de vraag of we vrijwilliger wilden worden. We zeiden meteen ja. Het respect, de zorg voor mensen – dat past bij de manier waarop wij zijn opgevoed.”

Verhaal laten doen

Irene: “We zitten nu tien jaar in het Regionaal Activiteiten Bestuur van Zuid-Holland. In die jaren hebben we al heel wat verschillende activiteiten georganiseerd, zoals stilte-wandelingen, lezingen en familieopstellingen. Bij elke activiteit zijn we ook zelf aanwezig. We maken een praatje en kijken goed wie er extra steun nodig heeft. Sommige mensen komen alleen, dat is zo dapper! We willen ze dan niet naar huis laten gaan zonder dat ze hun verhaal hebben kunnen doen.”

Samen

Margreeth: “Het is heel waardevol om dit samen met mijn zus te doen. We weten precies wat we aan elkaar hebben. Sommige bijeenkomsten zijn best intens. Dan is het fijn dat we er samen nog even over kunnen praten als we naar huis rijden.” ■



★ IRENE BREDZE-VAN LONDEN EN MARGREETH SCHERMER-VAN LONDEN

Vrijwilligers bij het Regionaal Activiteiten Bestuur Zuid-Holland van Yarden en bij het Buddy Netwerk (voor mensen met dementie)

LEVENSOTTO

“Iedereen heeft iemand nodig”

Ook vrijwilliger worden?

Yarden is altijd op zoek naar nieuwe vrijwilligers door het hele land. Er zijn allerlei mogelijkheden: van emotionele en praktische hulp tot voorlichtingsactiviteiten organiseren om taboes te doorbreken en de dood beter bespreekbaar te maken. Meer informatie of aanmelden? Mail naar wordvrijwilliger@yarden.nl of [klik hier](#)