



TOOLBOX



*Suggesties voor vormen
van afscheid en herdenken*



In deze toolbox vind je 24 voorbeelden om momenten van afscheid, verlies en herdenken vorm te geven in de zorg.

Het is waardevol om stil te staan bij het overlijden van een bewoner of cliënt. Deze toolbox geeft inspiratie en concrete handreikingen om herdenken in jullie organisatie vorm te geven.

Inhoudsopgave

- 1 Over de toolbox
- 2 Het belang van herdenken
- 3 Voorbeelden om herdenken vorm te geven



COLOFON

Reliëf, christelijke vereniging van zorgaanbieders, 2020

Auteurs: Wout Huizing, Marije Vermaas **Redactie:** Esther Dwarswaard **Vormgeving:** Tineke Verhoeff / Tinekewerkt.nl **Met dank aan:** Hilair Balsters (beleidsmedewerker en broer), Heleen Brehler (huisarts), zr. Riet Hendriksen (zuster van "De Voorzienigheid"), Enny Hoenselaar (bestuurder bij Stichting St. Anna), Tim van Iersel (geestelijk verzorger bij Woonzorgcentra Haaglanden), Truus Hofstra (verzorgende), Wija van der Kaaden (geestelijk verzorger bij Bartiméus), Gettie Kievit (geestelijk verzorger), Peter Wouters (pastor), Ria van der Leer (wijkverpleegkundige), Margreet Nauta (ergotherapeut), Tommie Niessen (verpleegkundige en auteur), Paulien Matze (geestelijk verzorger bij Laurens), Karin Bos (KNR) en Anne Gietema (geestelijk verzorger bij Lentis). **Beeld:** De redactie heeft getracht alle rechthebbenden toestemming te vragen voor publicatie. Indien u meent gepasseerd te zijn, gelieve contact op te nemen met Reliëf.

Over de toolbox

Twitterbericht van Anne Gietema op donderdag 15 januari 2020:

Anne Gietema @annegietema

Verzorgende:

- Kan ik even met je praten?
- Waarover?
- Ik moest huilen toen een bewoner doodging. En ik denk nog vaak aan hem. Dat is toch niet professioneel?
- Doe mij een dozijn van zulke zorg-gevers, die hun hart niet wegstoppen als ze aan het werk zijn.
- Meen je dat?
- Ja

33 96 1,1K

Reliëf, christelijke vereniging van zorgaanbieders, maakte deze toolbox in samenwerking met Huis van Chesed ten behoeve van de Coalitie Van Betekenis tot het Einde. Zie: www.ikwilmetjepraten.nu

reliëf
CHRISTELIJKE VERENIGING VAN ZORGAANBIEDERS

Van Betekenis
tot het Einde



Op deze tweet kreeg Anne Gietema direct veel reacties, meer dan hij ooit had gehad. Blijkbaar raakt dit thema werkers in de zorg. Hoe ga je om met afscheid en verlies in je werk?

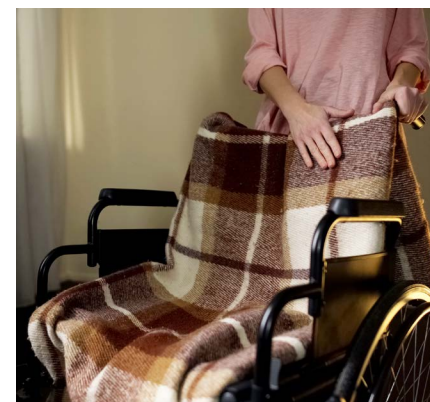
In deze toolbox hebben we een eenvoudig te gebruiken overzicht gemaakt van voorbeelden en werkvormen om vorm te geven aan momenten van afscheid en verlies.

De toolbox ondersteunt om tijd te nemen en ruimte te maken voor de emoties en gedachten

die afscheid oproepen. Door de voorbeelden in deze toolbox laten we zien hoe het herdenken van bewoners en cliënten een duidelijke plek kan hebben in de zorg.

Over Reliëf

Geïnspireerd door de Bijbel en de christelijke traditie staat Reliëf voor inspiratie en bezieling in de zorg. Reliëf maakt zich sterk voor de essentiële waarden van zorg: aandacht, betrokkenheid, liefde, verantwoordelijkheid, deskundigheid en gelijkwaardigheid. Zie www.reliëf.nl.



Het belang van herdenken

In deze toolbox noemen we rituelen die ruimte maken voor afscheid en doen we suggesties om herdenken vorm te geven binnen de zorg.

2.1 Rituelen

Een ritueel is een vanzelfsprekende handeling – eenmalig of herhaald – met een bepaalde structuur. Daarbij wordt gebruikt gemaakt van symbolische taal, symbolische gebaren of symbolische voorwerpen. Soms zijn de handelingen voorgeschreven door de traditie, soms ontstaan zij spontaan. Regelmatig markeren rituelen grensovergangen.

Ons leven kent verschillende grenssituaties. Sommige grenzen gaan we achteloos over. Andere roepen veel emoties op. Voor de een gaat de overgang van dag naar nacht probleemloos, voor de ander zijn vaste rituelen essentieel om de overgang te kunnen maken. Zo zijn er ook

grotere overgangen. Momenten om bij stil te staan en na te denken hoe vanaf dat punt verder te gaan: op de nieuwe school, het nieuwe werk, bij pensioen, na de geboorte van een kind, na een trouwerij of scheiding, een verhuizing, of na het sterven van een dierbare. Bij grenssituaties horen rituelen. Het ritueel geeft de grens aan, markeert het moment en helpt om de overgang te maken. Je kunt zeggen dat een ritueel een baken is bij de grens en een hulp bij het oversteken, vaak het onbekende tegemoet.

Een overgangsritueel kent een aantal specifieke kenmerken:

- Het ritueel heeft een begin en een eind.
- Door de structuur en ordening biedt het ritueel houvast in moeilijke situaties.
- Het ritueel verenigt. Het 'samen' maakt sterk en geeft een gevoel van verbondenheid en saamhorigheid.
- Het ritueel markeert de overgang en maakt mensen bewust van de si-

Rituelen rond afscheid en verlies helpen om het werk in de zorg vol te houden. Daarom zetten we in deze toolbox vele vormen van rituelen rondom sterven op een rij.

2.2 Zorg rondom het levenseinde

In de zorg rondom het levenseinde zijn rituelen belangrijk. Een ritueel zorgt ervoor dat er tijd en ruimte wordt gemaakt voor het afscheid. Het markeert het moment van afscheid als een overgangsmoment. Tijdens het ritueel wordt er bewust bij stil gestaan dat ie-

mand is overleden en waar en van wie er afscheid wordt genomen. Deze bewoner zal nooit meer door de gangen lopen, zal nooit meer kunnen spreken of worden vastgehouden.

In Nederland sterven jaarlijks meer dan 150.000 mensen. Dat betekent dat dagelijks het netwerk van 411 mensen wordt geconfronteerd met afscheid en verlies. Deze aantallen zullen volgens het Centraal Bureau voor de Statistiek de komende jaren alleen nog maar stijgen.

Het merendeel van de mensen dat overlijdt is voor hun dood verzorgd door anderen, bijvoorbeeld thuis, in een hospice, in een verzorgingshuis of in een ziekenhuis. Uit onderzoek blijkt steeds dat de meeste mensen thuis hopen te sterven. Die wens komt slechts uit voor een klein deel van de mensen die overlijden. In Nederland overlijdt twee derde van de mensen

namelijk in een instelling: ziekenhuis, verpleeghuis of een hospice. De zorg rondom het levenseinde en afscheid nemen zijn hierdoor een belangrijk onderdeel van het werk in de zorgsector.

Elke zorgmedewerker staat daarom voor de opgave te leren omgaan met steeds opnieuw (op een passende wijze) afscheid te kunnen nemen en te herdenken. Dit is essentieel om het werk in de zorg voor anderen vol te kunnen houden. Daarnaast is bewust stilstaan bij het overlijden van een bewoner of patiënt van belang zodat deze steeds als mens wordt gezien. Een moment nemen voor de mens die is overleden, laat zowel de zorgmedewerkers als de naasten ervaren dat iemand gekend is.

Er is soms weerstand tegen het opbaren binnen de zorginstelling, bijvoorbeeld omdat medebewoners daardoor steeds geconfronteerd worden met het levenseinde. Tegelijkertijd kan ook niet ontkend worden dat een zorginstelling een plaats is waar mensen sterven.

Veel zorgmedewerkers vinden het moeilijk dat als er iemand is

overleden, zij bijna meteen weer (ook in hun hart) ruimte moeten maken voor het verwelkomen van een nieuwe bewoner of patiënt. Meestal moet een onbezette kamer al binnen een week weer worden bewoond door iemand die op de wachtlijst staat. Ook zorgmedewerkers kennen verdriet vanwege het loslaten van een bewoner, zeker als met iemand een goede relatie is ontstaan. Dat verdriet wordt niet altijd begrepen of serieus genomen, zelfs door collega's niet. Een reactie kan klinken als: "Dan had je op een betere manier professionele afstand moeten bewaren." Voor veel medewerkers is de eerste keer dat je erbij bent dat iemand overlijdt een moment om nooit te vergeten. Hoe je op dat moment wordt opgevangen blijkt van grote betekenis.

Goed georganiseerde nazorg kan inzicht geven in wat een organisatie beter zou kunnen doen rondom het afscheid van een van de bewoners. Door bij nabestaanden tips en tops na te vragen, kunnen belangrijke lessen geleerd worden.

Rituelen en symbolen kunnen een vorm bieden aan het verlies dat zorgmedewerkers en medebewoners ervaren. Zo komt er ruimte om deze gevoelens te doorleven, verdriet te delen en te ont-

dekken wat nodig is om het werk weer op te pakken.

"Met bevlogenheid doe ik mijn werk. Ik vind het wel herkenbaar dat het lastig is om bevlogen te blijven als ik niet goed stil sta bij het afscheid nemen van mijn cliënten. Ik ga steeds weer contacten aan, maar ik moet ook weer afscheid nemen. De afscheidsrituelen zorgen dat ik als professional na het overlijden van een cliënt weer verder kan."

Margreet, ergotherapeut

Voor de naasten die achterblijven na het verlies van hun geliefde, is ruimte voor hun rouw en verlieservaring minstens zo belangrijk. Zij zullen hun leven opnieuw moeten gaan vormgeven, zonder hun geliefde. Goede begeleiding bij het afscheid nemen en herdenken is daarin ontzettend belangrijk. Bij naasten valt niet alleen te denken aan familieleden, maar ook aan medebewoners of collega's.

"Vandaag heb ik een eerbiedige uitgeleide bijgewoond. Alle bewoners en teamleden stonden om de kist in de huiskamer, erg mooi om te zien hoe zorgvuldig dit gaat."

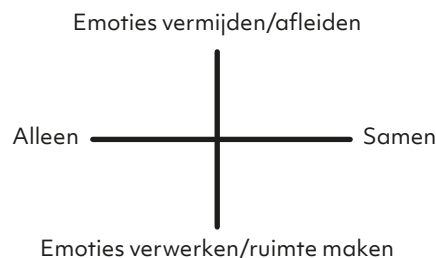
Enny, bestuurder

2.3 Werken in balans

Het feit dat zorgverleners in hun werk vaker met lijden en verdriet worden geconfronteerd, kan hun beeld op de wereld veranderen. Een kinderarts op een afdeling voor palliatieve patiëntjes zal bijvoorbeeld bij zijn eigen zieke kind anders reageren dan iemand die nooit met zieke kinderen te maken heeft. Het is daarom van belang om alert te zijn op de manieren waarop zorgmedewerkers afstand nemen van het werk en hoe zij omgaan met afscheid nemen in het werk. Om het werk vol te kunnen houden is 'innerlijke ruimte' nodig¹. Ieder doet dat op haar of zijn eigen wijze. Ruimte maken voor wat verdriet en lijden met hen doet en hoe hen dit raakt is een prioriteit en niet alleen agenda-vulling. Om in balans te kunnen blijven werken, is het nodig om rust en ruimte te creëren voor verlieservaringen en de gebeurtenissen rondom het overlijden.

We wijzen in dit verband op het kwadrantmodel dat is ontworpen door Walter Rombouts en Edel Maex². Zij geven met dit model manieren aan waarop de balans gezocht kan worden. In Hospice Bardo gebruikt men dit model

(hospicebardo.nl) om vrijwilligers en zorgverleners te laten ontdekken wat helpt in het omgaan met verdriet en lijden tijdens het werk.



In dit model wordt gesproken over emoties verwerken.

Psycholoog en rouwdeskundige Manu Keirse geeft aan niet meer over verwerken te willen spreken. Dat roept verkeerde gedachten op, alsof iets voorbij is. Het belangrijkste dat je moet weten over verdriet na verlies is, volgens Keirse, dat het niet overgaat. Je leert er mee leven. Je werkt eraan en je probeert je er mee te verzoenen. Met de dood eindigt een leven, maar nooit de relatie. Ouders blijven ouders van hun kind en je blijft je leven lang een zoon of een dochter van je ouders³. Verlies wordt dus deel van je leven, het wordt in je bestaan verweven. Een verlies laat je nooit helemaal ach-

ter je. Daarom lijkt ruimte maken voor de emoties die worden ervaren bij een verlies ons een betere term.

Er zijn twee soorten activiteiten en rituelen die helpen om ruimte te maken voor verlies en rouw:

- Activiteiten die ervoor zorgen dat de zorgverlener bewust aandacht geeft aan de emoties die hij ervaart door het contact met de cliënt. Door bepaalde rituelen uit te voeren of activiteiten te ondernemen, komt er ruimte voor het stilstaan bij verlies-ervaringen en de emoties die deze oproepen.
 - Activiteiten die ervoor zorgen dat de zorgverlener kan ontspannen en die afleiden van de gedachten die er zijn over de cliënt. Deze activiteiten laten weinig ruimte voor emoties. Die worden als het ware even aan de kant geschoven.
- Beide soorten activiteiten en rituelen kunnen alleen worden ondernomen of juist samen, in teamverband (zoals intervisie of supervisie). Activiteiten zijn bijvoorbeeld: koken, schrijven, schilderen, winkelen, fietsen, mediteren of een bad nemen. Van afscheidsrituelen zijn vele voorbeelden, die verderop worden besproken. Enkele zijn: een kaars branden, gedenkstijlen maken, de grafkist beschilderen of een herdenkingsboek maken.

“Wij herdenken patiënten eigenlijk nooit in ons team. Wel hangen wij de rouwkaart op een goed zichtbare plek op, in een gemeenschappelijke ruimte waar alleen de zorgprofessionals komen. Zo kunnen alle betrokkenen bij de praktijk zien wie er is overleden.”
Heleen, huisarts

2.4 Rituelen na het overlijden bij verschillende groepen mensen met een niet-westerse achtergrond

Het vormgeven van afscheids- en herdenkingsrituelen voor mensen met een niet-Westerse achtergrond vraagt vaak extra aandacht. Er zijn diverse publicaties beschikbaar over rituelen in verschillende religies en levensbeschouwingen. Bijvoorbeeld:

- De bijlage bij de richtlijn Zingeving en spiritualiteit in de palliatieve fase (2008): ‘Vaste rituelen binnen bepaalde religieuze tradities.’ De bijlage is onder meer te vinden op www.agora.nl
- De brochure ‘Wegwijzer in religies en levensbeschouwingen voor zorgverleners’ (2009) van het UMC Utrecht
- De servicemap ‘Stervensbegeleiding, rouwrituelen en rouwverwerking in de multiculturele samenleving’ (M. Couwenbergh en Y. Heygele, 2001)
- Het boek ‘Beschermpjes in de praktijk’ (K. Dije, A. Tjin en I. Zwaan, 2019),

zie ook:

www.beschermpjes.nl

Ook op onze website

www.relief.nl/materialen staat een document dat specifiek ingaat op dit thema, geschreven door Paulien Matze.

Tips

Het boek Zwevende gelovigen: oude religie en nieuwe spiritualiteit door Joep de Hart (Uitgeverij Bert Bakker: 2011) beschrijft vele nieuwe vormen van rituelen bij feesten en rouw.

Ook op internet is informatie te vinden over rituelen rondom afscheid en herdenken. Kijk bijvoorbeeld eens op:

- De website van Monuta biedt een schat aan inspiratie www.monuta.nl/vestiging/landgraaf/actueel/inspiratie-om-een-dierbare-te-herdenken
- Remember me biedt o.a. een troostbox aan voor nabestaanden www.rememberme.nl
- Stichting Herdenken voor iedereen www.herkenkenvooriedereen.nl
- Websites van (lokale) uitvaartondernemers

2.5 Herdenken in Nederland in historisch perspectief

Al duizenden jaren bestaan er rituelen om mensen die zijn overleden te herdenken. Er zijn talloze voorbeelden te noemen hoe rituelen zijn ontstaan en zich hebben ontwikkeld. In de huidige tijd lijkt er weer volop aandacht te komen voor nieuwe rituelen en wijzen van herdenken. We schetsen een paar hoofdlijnen om de achtergrond van herdenken in Nederland te kunnen plaatsen, ter inspiratie voor het vormgeven van rituelen. Nog steeds wordt bijvoorbeeld in de meeste kerken een zondag per jaar gewijd aan het herdenken van de overledenen. Voor zorgverleners kan dit ook een goede activiteit zijn om aan deel te nemen.

Allerheiligen en Allerzielen

In de vroege kerk was er aandacht voor de 'gedachtenis der gestorvenen', waarbij vooral martelaren werden herdacht. Martelaren waren mensen die vanwege hun belijdenis van hun geloof zwaar hadden moeten lijden en werden gedood. De kerk vond dat zij niet vergeten moesten worden, omdat zij een

voorbeeld waren voor de gelovigen. Bovendien wilde men God danken voor zulke trouwe volgelingen. Deze dag is bepaald op 1 november en werd Allerheiligen genoemd. Die dag bestaat tot op vandaag de dag.

In de Middeleeuwen kregen ook 'gewone' gelovigen een dag om te gedenken. Op 2 november viert de Rooms-Katholieke Kerk Allerzielen, de gedachtenis aan alle overleden gelovigen. Men geloofde dat iemand die is overleden zou voortbestaan in een leven hierna. Waar de ziel van de overledene na de dood terecht zou komen, was afhankelijk van de wijze waarop iemand had geleefd. Men sprak over hel, vagevuur en hemel. Vanaf de Middeleeuwen kreeg het gebed voor gestorven broeders en zusters een vaste plaats in de kerkdiensten van de Rooms-Katholieke Kerk. Er werd gebeden voor de ziel van de overledene, in de hoop dat deze in de hemel mocht komen. In een katholiek land als Polen is Allerzielen een heel belangrijke dag. Talloze mensen bezoeken dan de graven van hun geliefden, plaatsen lichtjes en komen als familie samen.

Eeuwigheidszondag

De combinatie van Allerheiligen en Allerzielen zag de kerkhervormer Calvijn niet zitten. Volgens hem is er geen en-

kele aanmoediging in de Bijbel te vinden om voor een overledene te bidden, opdat die in de hemel mag komen. Wel belangrijk is om een troostwoord te spreken voor de nabestaanden. Tegenwoordig worden in veel protestantse kerken op de zogenaamde Zondag van de Voleinding of Eeuwigheidszondag (vijf weken voor Kerst) de namen van mensen die in het afgelopen jaar zijn overleden genoemd.

De ervaring heeft geleerd dat veel mensen troost ervaren op het moment dat in verbondenheid met anderen aandacht wordt gegeven aan hun verdriet en gevoelens van gemis. Door dit herdenken en noemen van de namen in de kerken wordt het verdriet om de overledene erkend. Het gedenken biedt een moment om God te danken voor hun leven. Ook wordt op zulke momenten uitgesproken dat mensen met hun verdriet en leed niet mogen worden vergeten.

Nieuwe vormen van herdenken

Natuurlijk wordt ook buiten de kerk aandacht gegeven aan het herdenken van mensen die zijn overleden. En de verscheidenheid aan vormen en herdenken neemt toe in Nederland. Mensen zoeken naar nieuwe rituelen om te kunnen rouwen. Dat gebeurt

ook door het grote publiek. Denk bijvoorbeeld aan de reacties na het ongeluk van prinses Diana (1997), de dood van Pim Fortuyn (2002), een afscheidsceremonie van de volkszanger André Hazes (2004) of de wereldwijd door 2,5 miljard mensen bekeken begrafenis van de 'King of pop' Michael Jackson (2009). Heel Nederland rouwde om de slachtoffers van vlucht MH17 in 2014 en op bijzondere wijze werd stilgestaan bij het overlijden van Johan Cruijff, zoals het applausdisseren in de 14^e minuut van een voetbalwedstrijd. Maar ook bijvoorbeeld het neerleggen van knuffels en bloemen op een plek waar iemand onverwachts is omgekomen zijn voorbeelden van hedendaagse rouwrituelen.

Door te herdenken geven mensen uiting aan hun verdriet. Maar ook aan hun dankbaarheid voor het leven van de overledene. Als er ruimte is voor afscheid nemen, verdriet en rouw krijgen nabestaanden erkenning voor wat dit afscheid voor hen betekent. Door dat samen vorm te geven ontstaat er verbondenheid en kunnen mensen elkaar troosten en voor elkaar van betekenis zijn.

Voorbeelden om herdenken vorm te geven

We geven een overzicht van voorbeelden hoe herdenken met anderen binnen een zorgsetting kan worden vormgegeven. Per voorbeeld geven we aan op welk soort locatie het ritueel passend is. Bijvoorbeeld in een:

- Hospice
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Woonzorgcentrum
- Verpleeg- en verzorgingshuis

Aan het eind vind je ook een blanco pagina voor het opschrijven van eigen rituelen en vormen uit je werkmpraktijk.

Overzicht:

1. In de kamer van de overledene
2. Plek inrichten direct na het overlijden
3. Afscheid nemen van de overledene
4. Afscheidsbijeenkomst rondom het bed
5. Spullen meegeven in de kist
6. Eerbiedige uitgeleide / Erehaag
7. Persoonlijke items
8. Herinneringskastje inrichten
9. Herdenkingshoek / stiltehoek
10. Meewerken aan de uitvaart
11. Aandacht voor de naasten: direct na overlijden
12. Aandacht voor de naasten: na een tijdje
13. Jaarlijkse algemene herdenkingsbijeenkomst met andere partijen
14. Jaarlijkse algemene herdenkingsbijeenkomst intern
15. In het teamoverleg: Namen noemen
16. Nieuwe dingen creëren
17. Kamer reinigen
18. Herdenkingsboek
19. Herdenkingsdag
20. Buiten in de tuin: bloemen en bomen
21. Buiten in de tuin: monument
22. Groepsbijeenkomst met geestelijk verzorger
23. Mooie herinneringen
24. Waardering voor zorgmedewerkers

Bladzijde voor eigen invulling:

25. _____

In de kamer van de overledene



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

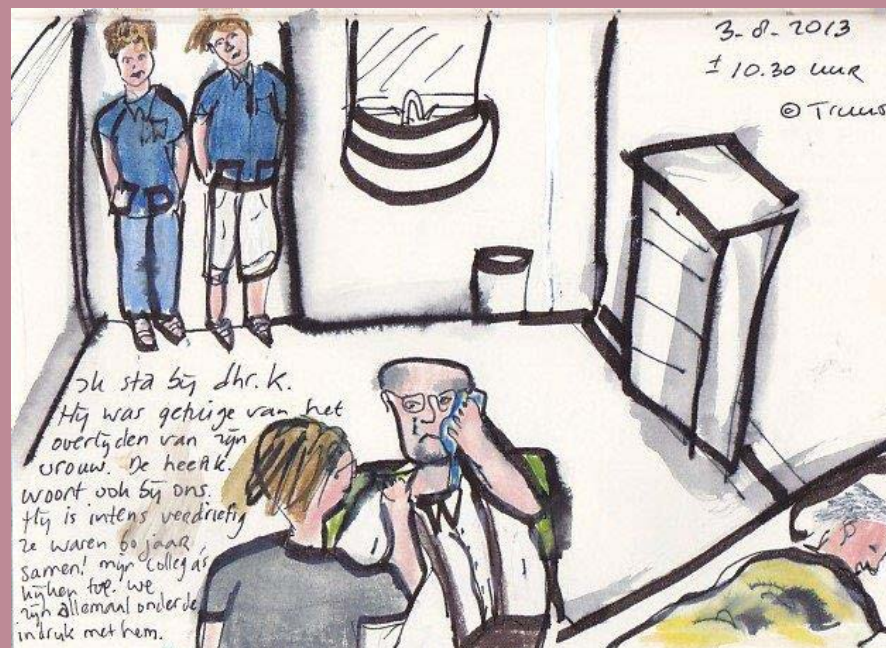
Wanneer een bewoner is overleden, is er meestal de mogelijkheid om de persoon in de eigen kamer op te baren. De bewoner blijft in zijn eigen bed liggen of kan in de grafkist worden gelegd. De meeste uitvaartondernemers hebben een koelplaat waardoor het lichaam van de overledene langere tijd goed kan blijven. De overledene is omgeven door

eigen, persoonlijke spullen. Naasten, familie en mede-bewoners kunnen afscheid nemen van de bewoner in de eigen kamer.

Op de eigen kamer van de overledene is er de mogelijkheid om de overledene te herdenken. Zo kan gedacht worden aan:

- Bloemen en kaarten neerzetten bij het bed van de overledene
- Muziek aanzetten
- Een kaarsje laten branden
- Een afscheidsmoment organiseren met een klein groepje in de kamer

Met name voor mensen met een verstandelijke beperking is het van belang dat het overlijden van hun medebewoner tastbaar wordt. In dit geval kan eraan gedacht worden om het lichaam niet alleen in de eigen kamer, maar bijvoorbeeld ook een



Truus Hofstra, 3 augustus 2013 "Ik sta bij dhr. K. Hij was getuige van het overlijden van zijn vrouw. De heer K woont ook bij ons. Hij is intens verdrietig. Ze waren 60 jaar samen! Mijn collega's kijken toe. We zijn allemaal onder de indruk met hem."

korte tijd in de woonkamer op te baren (zie ook vorm 3).

Er kan een bloem, bijvoorbeeld een witte roos, op de deur van de kamer worden gehangen zodat iedereen weet dat in deze kamer een bewoner is opgebaard. Op de gang zal daardoor meer rekening kunnen worden gehouden met deze situatie (bijvoorbeeld door zachter te praten). Voor medebewoners is bovendien

hierdoor duidelijk dat hun buurman of buurvrouw is overleden.



TIJDSINVESTERING

Opbaren van het lichaam kan maximaal een week. Gedurende deze week kan er op verschillende wijzen afscheid worden genomen, in de eigen kamer.

Plek inrichten direct na het overlijden



GESCHIKT VOOR

Alle plaatsen waar zorg wordt gegeven, ook in de eerstelijnszorg is dit mogelijk



OMSCHRIJVING

In de instelling, op de afdeling of in de teamkamer kan er standaard een plek worden ingericht waar overledenen worden herdacht. Deze plek kan bestaan uit:

- prikbord voor het ophangen van rouwkaart
- kaarsjes of bloemen
- foto van de overledene
- condoleanceboek, eventueel met de mogelijkheid om een mooie herinnering of wens aan de familie of overledene op te schrijven

Wanneer een bewoner is overleden, kan dit plekje meteen worden ingericht. Zo is voor iedereen zichtbaar dat deze bewoner is overleden. Wees daarbij zorgvuldig op welk moment en hoe lang de rouwkaart blijft hangen. Gouden regel: als de bewoner is begraven of gecremeerd, haal dan ook de kaart op die plek weg. De kaart of een ander symbool kan dan op een andere plek worden gelegd (zie vormen 8 en 9).



BENODIGDHEDEN

- Rouwkaart van de overledene of bijvoorbeeld een bidprentje met tekst waarin de overledene wordt herdacht. Een bidprentje is meer gangbaar in de katholieke traditie
- Een prikbord op een vaste plek waar de kaart wordt opgehangen



TIJDSINVESTERING

- Eenmaal een vaste plek bepalen en inrichten
- Per overlijden de plek inrichten
- Iemand die verantwoordelijk is voor het inrichten van deze plek na het overlijden en die in de gaten houdt dat de kaart tijdig wordt weggehaald en een andere plek krijgt.



VARIATIETIP

- Sommige instellingen hebben een stilteruimte of een kapel. Hier kan een stiltehoekje of een nis worden ingericht voor mensen die zijn overleden (zie ook vorm 8 en 9).



Afscheid nemen van de overledene



GESCHIKT VOOR

Met name mensen met een verstandelijke beperking



OMSCHRIJVING

Voor mensen met een verstandelijke beperking is het belangrijk dat zij kunnen voelen en ervaren wat dood-zijn is. Betrek hen daarom actief bij het afscheid. De overleden medebewoner wordt in de huiskamer geplaatst en wie dat wil, kan voorzichtig aan het lichaam voelen. Zo kunnen de bewoners ervaren dat het leven uit het lichaam weg is, dat het lichaam koud is en hun medebewoner niet meer bij hen is. Dit vraagt uiteraard om goede begeleiding door de begeleiders

en naasten. Afhankelijk van het begripsniveau kan er ook aan gedacht worden om de overledene iets mee te geven zoals een tekening, een bloem of een gedicht. Dit kan bij het opgebaarde lichaam worden gelegd.

Niet alleen in een groep, maar ook individueel kan op de kamer van de overledene afscheid worden genomen. De dood komt zo dichterbij en wordt daardoor invoelbaar en minder bangstigend.



TIJDINVESTERING

- Tijd en ruimte van de begeleiders om het afscheid vorm te geven.



Uitgave Geef mij je hand, over geestelijke verzorging van mensen met een verstandelijke beperking, Amerpoort 2019



MEER WETEN

Meerdere boeken geven voorbeelden over het opbaren van de overledene en het omgaan met verlies en dood door mensen met een verstandelijke beperking. We noemen er hier enkele:

- Geef mij je hand (A. Kappert en M. Heijstek, Amerpoort, 2019)
- Kun je uit de hemel vallen? Beleving

van de dood en rouwverwerking door mensen met een verstandelijke handicap (LKNG, 2001)

- Rouwmap: Ik mis je zo (Amerpoort)
- Kwijt! Verlies bij mensen met een verstandelijke beperking (Severinus / Pergamijn 2014)

Afscheidsbijeenkomst rondom het bed



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

In de kamer van de overledene kan met een kleine groep afscheid worden genomen. De naasten worden hiervoor uitgenodigd. Tijdens dit korte afscheidsmoment rondom het bed van de overledene kan een gedicht worden voorgelezen door naasten, vrijwilligers of zorgverleners. Ook kan er een kaarsje worden gebrand.

"Mijn vader kwam te overlijden. Wij werden als naasten verzocht in zijn kamer afscheid te komen nemen. Dat is hier in het hospice traditie. Mijn moeder en ik wilden eerst niet. Maar toen dat ritueel begon ging ik toch stilletjes die kamer in. (...) Ik zei tegen moeders: 'Kom even kijken.' Mijn moeder kwam en heeft daar geen spijt van gehad. Hij lag erbij zoals hij was. Ze lazen een gedicht voor en vertelden een verhaaltje van wat ze met hem meegemaakt hebben en wie hij was. (...) Dat afscheid deed mij wel wat. Dat het niet zomaar even afgebroken wordt van: hij gaat de kist in en hij is weg. Nee, ik vond het heel mooi hoe ze dat hier doen, afscheid nemen. Ze vertelden van tevoren dat je er niet bij hoeft te zijn als je niet wil. Ze vertelden: 'Wij doen dat met iedereen, afscheid nemen met een gedicht.'"

Uit: Het verhaal van een naaste op
www.levenseindeverhalen.nl



Truus Hofstra, 7 augustus 2017 "Mevrouw J. zal niet lang meer leven, haar zusters (waarvan 1 buurvrouw, die ook als zus voelt) komen haar vandaag opzoeken in plaats van de vaste woensdagmiddag. Ze waren er bijna altijd! Mevrouw woont 8 jaar bij ons. Ook al kon ze niet (meer) spreken, ze had veel trouwe mensen om haar heen. We gaan haar en het bezoek missen."



BENODIGDHEDEN

- Uitnodigingen voor de naasten
- Een gedicht
- Medewerkers / vrijwilligers die de overledene verzorgen



TIJDSINVESTERING

- De organisatie van de bijeenkomst
- De bijeenkomst zelf (ongeveer 20 minuten)

Spullen meegeven in de kist



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

Om het afscheid persoonlijk te maken, kunnen medebewoners, naasten en zorgverleners iets persoonlijks maken dat zij aan de overledene meegeven in de kist.

Denk aan:

- Kaarten
- Gedichten
- Wensen
- Bloemen
- Tekeningen
- Een zelfgemaakte (lapjes)deken
- Een persoonlijk cadeautje dat past bij de overledene

Uiteraard zal dit altijd in overleg moeten gebeuren met de naasten. Er zijn ook varianten te bedenken waarbij bijvoorbeeld de kist zelf wordt versierd. Vooral voor mensen met een verstandelijke beperking of voor jongere kinderen kan het mooi zijn om de kist zelf te versieren met wensen, tekeningen of andere vormen om het afscheid persoonlijk(er) te maken.



BENODIGDHEDEN

Afhankelijk van wat mee gegeven wordt en eventueel beschilderd of versierd. Een zelfgemaakt dekentje op de kist geeft een warme, beschermende uitstraling.



Kist Frank, www.mooiekist.nl

Eerbiedige uitgeleide / Erehaag



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

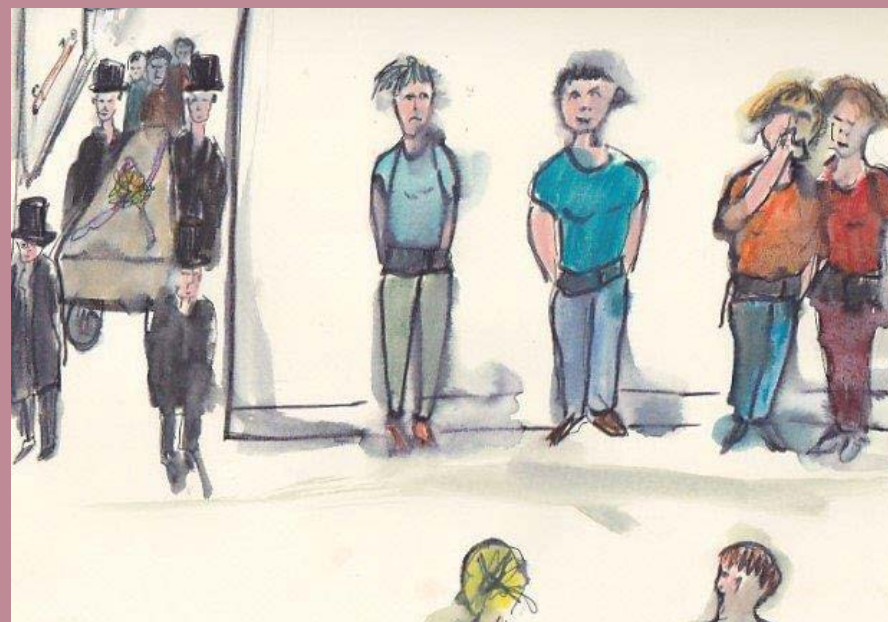
Alle betrokken en/of aanwezige medewerkers nemen afscheid van de bewoner door een eerbiedige uitgeleide. Er zijn meerdere varianten denkbaar:

- over de eigen afdeling gedragen worden met woorden, muziek, een gedicht
- door na de uitvaart de kist te begeleiden door eigen medewerkers

Er kan een gedicht worden voorgelezen, bijvoorbeeld door een medewerker of medebewoner.

"In het revalidatiecentrum waar ik als geestelijk verzorger kwam te werken, werden de overledenen meestal stil-letjes via de achterdeur naar buiten gebracht. Al snel besloten we dat te veranderen. Door de erehaag als vorm in te voeren, kon de overledene op een waardige manier respect getoond worden."

Gettie Kievit, geestelijk verzorger



Truus Hofstra, Erehaag bij uitgeleide doen "We hebben de gewoonte in ons team om bij overlijden te gaan staan als een soort erehaag. Ons team is nu kleiner. Dus hoe dat nu gaat worden weet ik niet, voorheen bij 28 bewoners stonden we wel met 4 of 5 collega's in de gang."



TIJDSINVESTERING

- Zorgmedewerkers zullen even van hun werk worden gehaald, om bij de uitgeleide aanwezig te kunnen zijn. Het is belangrijk om voorafgaand goed te communiceren hierover, met name over het precieze tijdstip. En om te organiseren hoe ieder kort daarvoor

wordt ingelicht om de erehaag te gaan vormen.

- Het is ook belangrijk dat er een vast aanspreekpunt is die deze informatie kan geven aan medewerkers. Meestal is dat de facilitaire dienst of een zorgmanager.

Persoonlijke items



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

Voor medewerkers kan het heel goed zijn om zelf, op een persoonlijke manier, afscheid te nemen van degene die zij zorg hebben gegeven. Zo kan er gedacht worden aan een persoonlijk moment op de kamer van de overledene, eventueel als het lichaam elders is opgebaard of al is begraven of gecremeerd.

Er zijn voorbeelden van zorgverleners die op de kamer van de overledene:

- Een sigaar rookten waar de overledene van hield
- Een glaasje wijn dronken ter gedachtenis aan de overledene, omdat de overledene daar van hield
- Een speciale brief schreven aan de overledene



BENODIGDHEDEN

Alles wat de medewerker maar nodig heeft om een bewust moment te pakken om de overledene te herdenken en het afscheid te markeren.



Herinneringskastje inrichten



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

Met name als een bewoner al langere tijd in een instelling verblijft, is het mooi iets tastbaars te maken waarin spullen bewaard kunnen worden die iets zeggen over de bewoner. Dit kastje kan al vormgegeven worden tijdens het leven van de bewoner. Het kastje kan na het overlijden als een herdenkingskastje worden gebruikt.

Belangrijk is dat het duidelijk is dat dit kastje bij deze specifieke persoon past. Er moeten dus spullen in liggen waaraan iemand direct kan zien om wie het gaat.

Denk bijvoorbeeld aan:

- Een knuffeltje dat deze bewoner altijd bij zich heeft of gehad
- Spullen die de bewoner graag verzamelde
- Een speciaal boek dat belangrijk voor de bewoner was
- Een cd met de lievelingsmuziek van de bewoner
- Een foto van het lievelingseten van de bewoner
- Een foto van het gezin van de bewoner
- Een favoriet kledingstuk van de bewoner
- Een tekening of kunstwerk dat de bewoner heeft gemaakt



Herinneringskastje (Locatie Ransuil, Stichting Sprank)

Denk bij het samenstellen van het kastje steeds: 'Wat maakt deze persoon zo uniek, waar herken je deze persoon aan, waar houdt deze persoon van?'

Het kastje kan na het overlijden een tijdlang worden bewaard op een speciale plaats, bijvoorbeeld in een stilleruimte of kapel. Of het kan in

een kast worden bewaard, en tevoorschijn worden gehaald als manier om bewust stil te staan bij het overlijden van deze bewoner. Het kastje kan daarna ook weer worden weggeborgen, zodat het moment van herdenken weer wordt afgesloten.

Herdenkingshoek/ stiltehoek



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

Op een vaste plek in de organisatie, bijvoorbeeld in de kapel of in de kerk, kan een herdenkingshoek worden ingericht met symbolen die doen denken aan de overledene of aan de mensen die in dat jaar zijn overleden. Denk bijvoorbeeld aan:

- Een steen met de naam van de overledene
- Een herdenkingskaars met de naam van de overledene
- Een gedroogde bloem
- Een herdenkingskastje
- Een brandend kaarsje
- Een boek met namen van de mensen die het afgelopen jaar overleden zijn
- Houten kruisjes met namen van de mensen die het afgelopen jaar overleden zijn

“Wij hebben naast de herinneringsnisjes in de kapel ook een herinneringskaars. Deze brandt als een bewoner is overleden. Deze kaars krijgt ook altijd een plekje in de ruimte waar de overleden bewoner is opgebaard. De kaars heeft zowel bij



Herdenkingshoek in Bartiméus

het afscheid een plek, maar ook op de laatste zondag van het kerkelijk jaar waarin we de namen noemen van alle bewoners die het afgelopen jaar gestorven zijn. Zowel voor bewoners als medewerkers is het aansteken en laten branden van deze kaars een herkenbaar ritueel.”

**Wija van der Kaaden,
geestelijk verzorger**



BENODIGDHEDEN

- Een vaste herdenkingsplek
- Materialen om de symbolen vorm te geven



TIJDSINVESTERING

Een zorgmedewerker zal eindverantwoordelijkheid moeten dragen voor het inrichten en netjes houden van de plek

Meewerken aan de uitvaart



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

Bij de uitvaart kunnen zorgmedewerkers, medebewoners of vrijwilligers betrokken zijn. Uiteraard is dit altijd in overleg met de naasten. Denk bijvoorbeeld aan:

- Aanwezigheid tijdens de uitvaart
- Het voordragen van een gedicht
- Het voordragen van een verhaal over de overledene
- Het neerleggen van een condoleanceboek, waarin bezoekers wensen voor de naasten kunnen opschrijven

“Een enkele keer gaat er een teamlid naar de begrafenis. Dit is vooral op eigen verzoek van een teamlid. Zelf heb ik ze altijd vermeden. Begravenissen blijven me altijd bij, terwijl ik patiënten ook een keer weer wil vergeten (een uitzondering daar gelaten).”

Margreet, ergotherapeut



TIJDSINVESTERING

Per zorgorganisatie zijn hierover zeer uiteenlopende afspraken en regelingen. Het is goed om na te denken over wat het beleid in dezen is. Bijvoorbeeld één teamlid per bewoner die naar de uitvaart gaat in werktijd. Beleid geeft duidelijkheid, maar helpt ook te voorkomen dat naar de uitvaart van een geliefd iemand meerdere medewerkers gaan terwijl er ook uitvaarten zijn waar



geen van de medewerkers komt. Het bezoeken van een uitvaart is vanwege de roosterplanningen ook niet altijd te regelen in werktijd. In dat geval kan er op een andere manier aandacht gegeven worden aan de uitvaart vanuit de organisatie. Wordt er bijvoorbeeld ook een condoleance gestuurd of een bloemstukje? Goede afspraken daarover kunnen behulpzaam zijn.

Aandacht voor de naasten: direct na overlijden



GESCHIKT VOOR

Alle plaatsen waar zorg wordt gegeven, ook in de eerstelijnszorg



OMSCHRIJVING

Ondersteuning van de naasten bij het overlijden van hun dierbare wordt weleens vergeten, maar is een wezenlijk onderdeel van het rouwproces van de naasten. Het is daarom goed om na te denken over de manier waarop de organisatie aanwezig is bij de uitvaart of de rouwperiode erna. Mogelijke vormen van directe ondersteuning aan de naasten is:

- Condoleancekaart of bloemen sturen namens de zorgmede-

werkers / vrijwilligers. Eventueel kan elk teamlid persoonlijk iets op de kaart schrijven. Ook voor het team is dit een manier van afscheid nemen.

- Zorgvuldige communicatie rondom het overlijden, met name ook rondom zakelijke afspraken zoals het ontruimen van een appartement. Fijngevoeligheid is hier noodzakelijk!
- Betrokken zorg rondom het bed van de overledene, bijvoorbeeld door het plaatsen van bloemen of een kaarsje.
- Uitspreken van een in memoriam op de afdeling of een kort in memoriam in het huisblad.

Mogelijke vormen van ondersteuning na de uitvaart:

- Nabellen van de nabestaanden, twee weken na het overlijden. Dit is goed voor nabestaanden, maar ook voor medewerkers.



- Nabestaanden uitnodigen voor een afrondingsgesprek bij de arts, teamleider of een afscheidsmoment van het team.



BENODIGDHEDEN

- Condoleancekaarten
- Budget voor bloemen etc.



TIJDSINVESTERING

- Rondom het overlijden, voor ondersteuning voor de naasten
- Een gesprek na enkele weken

Aandacht voor de naasten: na een tijdje



GESCHIKT VOOR

Alle plaatsen waar zorg wordt gegeven, ook in de eerstelijnszorg



OMSCHRIJVING

Nazorg aan nabestaanden is belangrijk voor het rouwproces van de naasten en medewerkers. Door na een wat langere tijd aandacht te geven aan wie is heengegaan, blijft iemand in herinnering. Ook wordt recht gedaan aan de mogelijkheid dat rouw en verlies ook na een tijd nog steeds aanwezig en voelbaar is.

Mogelijke vormen zijn:

- Een algemene herdenkingsbijeenkomst organiseren voor familieleden die iemand hebben verloren. Bijvoorbeeld eens per

kwartaal of half jaar, waarbij iedereen die in dat tijdsbestek is overleden wordt herdacht. De familie krijgt na deze bijeenkomst een aandenken aan de bewoner mee. Bijvoorbeeld een steen met de naam van de overledene die een tijd in de kapel heeft gelegen of het herdenkingskastje van de overledene.

- Na een jaar de naasten van de overledene een kaart sturen op de sterfdag. Dit is vooral van toepassing in een huis waarin iemand langer heeft gewoond, zoals in een instelling voor mensen met een verstandelijke beperking.



BENODIGDHEDEN

- Een kalender waarin de sterfdagen van de bewoners zijn opgeschreven
- Uitnodigingen voor een herdenkings-



bijeenkomst

- Een overzicht van bewoners die in een bepaald tijdsbestek zijn overleden, en de adressen / gegevens van hun naasten



TIJDSINVESTERING

De organisatie van een herdenkingsbijeenkomst kost veel tijd. Denk aan het zorgvuldig ordenen van alle namen, communicatie met de naasten, facilitaire zaken, evt. medewerkers die aan

de bijeenkomst bijdrage leveren etc. In veel organisaties zijn geestelijk verzorgers eindverantwoordelijk voor deze bijeenkomst en geven zij dit vorm.



MEER WETEN

In het boek *Hou me (niet) vast* (Marion Boelhouwer, Rita Renema en Wout Huizing, Merweboek, 2006) staan vele voorbeelden van invulling van een bijeenkomst en thema's.

Jaarlijkse algemene herdenkingsbijeenkomst met andere partijen



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

In veel gemeenten is het gebruikelijk om eens per jaar stil te staan bij de mensen die in dat jaar zijn overleden. Bijvoorbeeld door een lichtjesoptocht op de begraafplaats. Uitvaartondernemers of de plaatselijke kerken zijn vaak de organisator hiervan.

Er zijn verschillende traditionele vaste data waarop dit gedaan kan worden:

- In de Rooms Katholieke traditie vindt een herdenkingsmoment plaats op Allerzielen (2 november)
- In de protestantse traditie op Eeuwigheidszondag. Dat is de laatste zondag van het kerkelijk jaar, de zondag vóór de eerste advent, meestal eind november
- Tijdens Wereldlichtjesdag die wereldwijd elke tweede zondag van december plaatsvindt. Wereldlichtjesdag is oorspronkelijk bedoeld om overleden kinderen te herdenken, maar de laatste jaren wordt dat op steeds meer plekken uitgebreid tot het gedenken en herinneren van alle overleden dierbaren
- Rondom feestdagen, zoals kerst of oudjaarsavond.



"Het is een traditie om vlak voor Kerst het samen zijn 'Cirkel van Licht' te organiseren voor mensen die recent een dierbare hebben verloren in het hospice van Bardo. De lichtjes die dan elk jaar worden ontstoken in de binnentuin van Bardo staan symbool voor een kring van licht en warmte die door aanwezigen samen wordt gevormd. Dit jaar was het thema 'Vrede'. Het programma sloot hierop aan met bijpassende muziek, zang, een verhaal, gedicht en blog."

Hospice Bardo op Facebook, 16 december 2019

Soms gebeurt het herdenken van de overledenen tijdens een reguliere kerkdienst, soms wordt een aparte bijeenkomst gehouden in de middag. Naasten zijn welkom om deze herdenkingsbijeenkomst bij te wonen. Soms worden naasten ook betrokken, bijvoorbeeld doordat zij zelf een kaars mogen aansteken als symbool van hun overleden geliefde, of doordat zij een bloem in een vaas mogen doen. Na afloop van deze bijeenkomst krijgen de naasten deze symbolen mee naar huis. ►

vervolg...

Tijdens deze bijeenkomst zijn er verschillende vormen mogelijk:

- Het noemen van de namen van de mensen die zijn overleden
- Het aansteken van een kaars wanneer de naam van de overledene wordt genoemd
- Het plaatsen van een bloem in een vaas
- Het zingen van een lied dat voor de overledene van waarde was
- Het lezen van een gedicht
- Het schrijven van de naam of tekenen van een symbool op een zakdoek die aan een waslijn wordt opgehangen (zie foto)

Ook kan er een wandeling worden gemaakt naar het kerkhof. De nabestaanden dragen een brandend kaarsje mee, noemen de namen van de overledene of lopen langs het graf van de mensen die dat jaar zijn overleden. Zorgorganisaties zouden bij deze herdenkingsbijeenkomsten kunnen aansluiten.



MEER WETEN

De Protestantse Kerk Nederland heeft een boekje 'Ik bewaar je' uitgebracht met woorden van troost voor wie een dierbare moet missen. Daarin is onder meer aandacht voor omgaan met verlies en de mogelijke rol van de kerk. Met passende teksten, gebeden en afbeeldingen en verwijzingen naar literatuur en websites over rouw. Zeer geschikt om tijdens de laatste zondag van het kerkelijk jaar - Eeuwigheidszondag of gedachteniszondag - mee te geven aan de nabestaanden die speciaal voor de kerkdienst worden uitgenodigd. Zie:

www.protestantsekerk.nl/webwinkel

In het boek Hou me (niet) vast (Marion Boelhauer, Rita Renema en Wout Huizing, Merweboek, 2006) staan vele voorbeelden van invulling van een bijeenkomst.



Een jaarlijkse algemene herdenkingsbijeenkomst intern



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

Een herdenkingsbijeenkomst georganiseerd voor familieleden en medebewoners van mensen die zijn overleden. Tijdens de bijeenkomst kunnen bijvoorbeeld de namen worden genoemd van de overledene, een kaars worden aangestoken, of herinneringen

worden opgehaald. Bij de organisatie van een dergelijke bijeenkomst is veelal de geestelijk verzorger de initiatiefnemer en eindverantwoordelijke.



BENODIGDHEDEN

- Het boek *Een veilig huis*. Verschillende vormen van vieringen voor ouderen in verpleeg- of verzorgingshuis (Marja Doesburg, Elikser, 2014) biedt een vastomlijnd programma met liederen, gedichten, kaarsen
- Gegevens van de nabestaanden
- Een vaste datum waarop deze bijeenkomst wordt belegd



TIJDSINVESTERING

- Organisatie van de bijeenkomst
- Een dagdeel voor de bijeenkomst zelf



MEER WETEN

In *Een veilig huis* (Marja Doesburg, Uitgeverij Elikser, 2014) staan veel tips voor het vormgeven en organiseren van een dergelijke herdenkingsbijeenkomst.

In het boek *Hou me (niet) vast* (Marion Boelhouwer, Rita Renema en Wout Huizing, Merweboek, 2006) staan vele voorbeelden van invulling van een bijeenkomst en thema's.

In het teamoverleg: Namen noemen



GESCHIKT VOOR

Alle plaatsen waar zorg wordt gegeven, ook in de eerstelijnszorg



OMSCHRIJVING

Elke twee maanden staat op de agenda van een teamoverleg de vraag:

'Welke namen van bewoners, cliënten of patiënten zou je nog eens willen noemen en waar moet je aan denken bij het noemen van deze naam?'

De vraag is open, de teamleden kunnen zelf aangeven of zij een naam willen noemen. Het voorkomt dat er een lange lijst met

namen wordt voorgelezen die voorbij gaat aan de gevoelens van de aanwezigen in het teamoverleg. Deze vraag schept ruimte om de verhalen te delen die nog leven bij de teamleden.

"In de thuiszorg verplegen we zoveel mensen tijdens hun laatste levensfase, dat het binnen het team een tijdrovende zaak is om bij iedereen uitgebreid stil te staan. Toch nemen we er de ruimte voor, door de verzorgenden zelf met namen te laten komen. Aan wie denken zij nog geregeld? En wat is hun herinnering aan deze persoon?"

Ria van der Leer, wijkverpleegkundige

Een variant kan zijn om tijdens het teamoverleg een minuut stil te zijn als die week een cliënt of bewoner is overleden.



TIJDSINVESTERING

Tijd voor gesprek, de ene keer wat langer dan de andere keer



VARIATIE TIP

• Afhankelijk van het aantal sterfgevallen kan de frequentie om hiervoor in een teamoverleg aandacht te hebben worden aangepast naar elke maand,

eens per kwartaal of eens per jaar.

- In plaats van de naam te noemen, kan er een minuut stilte zijn voor de aanvang van het teamoverleg als er iemand die week is overleden. Het zou mooi zijn als er ruimte is om eventuele herinneringen te delen of naar elkaar uit te spreken hoe het afscheid nemen is ervaren.

Nieuwe dingen creëren



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

Voor medebewoners of medewerkers die langere tijd bij een bewoner betrokken zijn geweest, kan het helpend zijn om iets persoonlijks te maken en daarmee de herinnering aan de overledene bij zich te houden. Ook voor mensen met een verstandelijke beperking kan het werken aan een fysiek aandenken heilzaam zijn.

“Als een bewoner een jubileum vierde omdat hij bijvoorbeeld 25 jaar bij ons woonde, dan organiseerden wij een viering. In die viering gebruikte ik persoonlijke spullen van iemand om iets over die bewoner te vertellen. Er was bijvoorbeeld een bewoner die altijd stokken verzamelde. Ik maakte voor de viering lange stokken met een lintje eraan als versiering. Die persoonlijke spullen kwamen later ook terug op zijn begrafenis of in een herdenkingskastje of herdenkingsboek.”

Peter Wouters, pastor

Denk bijvoorbeeld aan:

- Een quilt of borduursel maken met een klein onderdeel van het ontwerp per overledene, bijvoorbeeld gemaakt van meerdere lapjes stof van verschillende bewoners



Het kunstwerk van de ringen van Zusters van "De Voorzienigheid"

- Een lappendeken maken van de oude kleding van een medebewoner
- Een gemeenschappelijk kunstwerk waar bewoners aan hebben meegewerkt (bijvoorbeeld een wanddoek met handafdrukken), al gemaakt tijdens het leven

Op Twitter meldt geestelijk verzorger Yvonne, werkzaam in zorgcentrum Almere, dat ze als medewerkers een quilt maken voor een bewoner die is overleden, om over de kist te leggen.

Zusters van "De voorzienigheid" hebben bijvoorbeeld een lamp gemaakt die bestaat uit kruisjes van overleden zusters. Ook is er een prachtig kunstwerk gemaakt waarin de ringen zijn verwerkt die de zusters droegen als symbool van hun trouwbelofte aan God.



BENODIGDHEDEN

- Persoonlijke attributen van overledenen

Kamer reinigen



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

Voor sommige zorgmedewerkers is het belangrijk dat de kamer na een overlijden eerst ritueel wordt gereinigd, voordat er een nieuwe bewoner komt. Medewerkers met bijvoorbeeld een Hindoestaanse achtergrond geven aan dat zij dingen 'zien en horen' in een kamer waarin iemand is overleden. Ook vanuit de protestantse traditie is daar ruimte voor; in het Dienstboek staan

voorbeelden hoe een kamer gereinigd en gezegend kan worden.

Door een kleine bijeenkomst met een vaste liturgie kan de kamer op een spirituele manier worden schoongemaakt voordat een nieuwe bewoner de kamer betreft.

De bijeenkomst kan 10 minuten duren, en kan bijvoorbeeld worden uitgevoerd door de geestelijk verzorger.



MEER WETEN

Zie de tekstsuggesties rondom overlijden in het Dienstboek van de PKN op www.dienstboek.nl of www.preekwijzer.nl. Hier staan ook voorbeelden beschreven voor het reinigen van een kamer, zoals de Huiszegen (pagina's 484-505 van het Dienstboek).



Herdenkingsboek



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

In de stiltehoek of op een andere vaste plaats kan een boek worden neergelegd waar de namen en foto's van de overledenen in worden gezet. Er kan ruimte zijn voor het toevoegen van herinneringen of wensen aan de overledene.

In sommige huizen worden foto's opgehangen van bewoners; deze foto's blijven ook hangen na het overlijden. Of er is een wand met

foto's van mensen die zijn overleden. Voor veel mensen is dit echter te zichtbaar. Iemand wordt dan constant met het verlies geconfronteerd.

"In het hospice waar ik heb gewerkt schreven collega's die bij een overlijden waren altijd een stukje over die persoon. Dat werd verzameld in een map."

Tommie, verpleegkundige

Een variant kan zijn dat alle bewoners een kaartje krijgen met de naam en foto van de overleden medebewoner erop, die zij zelf kunnen bewaren op een plek die zij wensen (een soort bidprentje).



Condolence boek Zusters van "De Voorzienigheid"



BENODIGDHEDEN

- Een vaste plek waar het boek kan liggen
- Een boek
- Een foto van de overledene
- Een pen zodat mensen herinneringen of wensen kunnen opschrijven bij de persoon



TIJDSINVESTERING

- Tijd om de plek in te richten door een medewerker
- Tijd om het boek na overlijden in te vullen

Herdenkingsdag



GESCHIKT VOOR

Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking



BENODIGDHEDEN

- Kalender
- Gedenkkastje



OMSCHRIJVING

Op een locatie voor mensen met een verstandelijke beperking, zoals bijvoorbeeld een Thomashuis, komt het niet vaak voor dat een medebewoner overlijdt. Dan kan het een mooi ritueel worden om een vaste gedenkdag te maken van de verjaardag of een andere gedenkwaardige dag van de overleden persoon. Op deze speciale herdenkingsdag kunnen begeleiders samen met de bewoners bijvoorbeeld het gedenkkastje van de overledene erbij pakken en herinneringen ophalen.

“Een vaste gedenkdag helpt de medebewoners, omdat zij aan die dag gaan hechten.”

Hilair Balsters, broer van een overleden bewoonster in een Thomashuis



Buiten in de tuin: bloemen en bomen



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

In de tuin is het mogelijk om vormen van herdenken te vinden. Er zijn meerdere varianten denkbaar:

- In de tuin een bloembol planten voor elke overledene, eventueel in een bepaald patroon
- Een boom in de tuin bij de instelling waarin ornamenten worden gehangen met de naam van de overledene
- Een tuin creëren met stekjes van planten van bewoners. Zodoende wordt een 'groeïende herinnering' gecreëerd.

Eventueel kan bij de geplante bloem een naambordje worden geplaatst.



*De Tuin van Herinnering of Gedenktuin van het Maastrichtziekenhuis,
Foto: Paul Douw van der Krap*



BENODIGDHEDEN

- Een plek buiten
- Bloemzaadjes en -bollen
- Een boom
- Ornamenten
- Stenen
- Andere zaken om in de tuin te kunnen herdenken

Buiten in de tuin: monument



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis

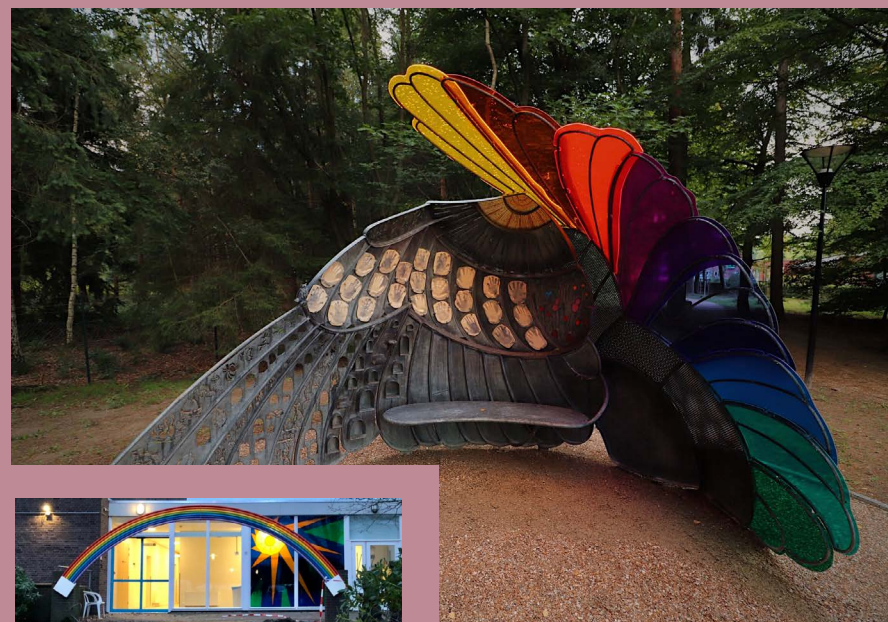


OMSCHRIJVING

Er kan een plek worden ingericht op het terrein waar een overleden geliefde kan worden herdacht. Hier kan de as verstrooid worden na een crematie en een klein monumentje worden geplaatst.

Bij Bartiméus heet dit plekje de Hagehof: "Er is een speciaal kunstwerk geplaatst dat bescherming biedt en een plek om te zitten, maar ook om iets achter te laten of op te hangen dat herinnert aan een overleden geliefde. Samen met ouders, medewerkers en bewoners heeft de kunstenaar het kunstwerk ontworpen. De Hagehof is een mooie verstilde plek geworden, die goed toegankelijk is voor iedereen. Steeds als ik er kom merk ik dat er in het kunstwerk weer nieuwe herinneringsitems zijn bijgekomen. Ook medewerkers, ouders en anderen komen hier graag."

Wija van der Kaaden, geestelijk verzorger



Ook de Regenboogtuin op de locatie Het Westerhok van 's Heerenloo is een herinneringsplek, waar cliënten worden herdacht. In de tuin staan foto's van overleden cliënten. Er komt een labyrint dat symbool staat voor het maken van een innerlijke reis. Bijvoorbeeld in de zoektocht naar antwoorden op vragen of voor stilte en rust. Naar wens wordt de

Regenboogtuin ook gebruikt voor het verstrooien van as van overleden bewoners. Er komt een nieuwe tuin, waarin het strooiveld een strooiestreek zal worden. Met de verplaatsing van het strooiveld is heel zorgvuldig omgegaan. Deze grond is al overgebracht naar de nieuw te realiseren strooiestreek en wordt daar verwerkt. Ook zijn er gedenkkaftjes, die in overleg met de nabestaanden worden ingericht. Zie: www.sheerenloo.nl/nieuws.

Groepsbijeenkomst met geestelijk verzorger



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis

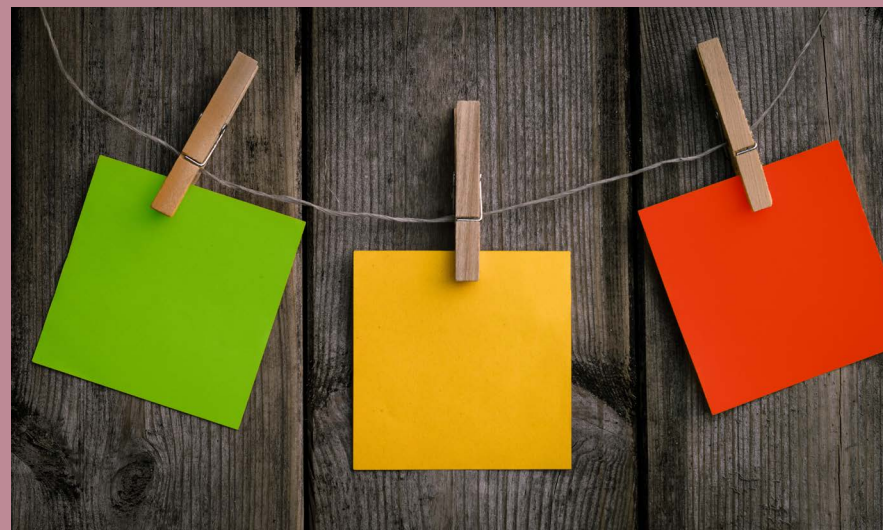


OMSCHRIJVING

Om stil te staan bij afscheid en verlies kan een groepsgesprek of evaluatiemoment worden georganiseerd, onder begeleiding van bijvoorbeeld een geestelijk verzorger. Dit evaluatiemoment kan een 'vast' moment zijn om samen terug te kijken op de geboden zorg, maar kan ook incidenteel worden georganiseerd als daar een aanleiding

voor is. Soms zijn er in de zorg rondom het levenseinde ingrijpende (medische) beslissingen genomen, waar medewerkers moeite mee hadden. Een bewoner besloot zelf niet meer te willen eten en drinken. Of iemand heeft om euthanasie verzocht. Of een cliënt is gereanimeerd, maar het is niet gelukt. Het delen van wat deze situaties hebben opgeroepen blijkt waardevol. Eventueel kunnen de zorgmedewerkers een moreel beraad met elkaar houden over de keuzes die zijn gemaakt. Wat waren de dilemma's en zijn er leermomenten voor een volgende keer als een dergelijke situatie zich voordoet?

Om het gesprek op gang te brengen en ieder gelegenheid geven om te melden wat de situatie en het afscheid voor hem betekent kun je bijvoorbeeld werken met groene, oranje en rode kaarten, de kleuren van een verkeerslicht.



Ieder wordt gevraagd een gekleurde kaart te kiezen: bij groen kun je goed verder, bij oranje wil je graag nog iets onder de aandacht brengen, bij rood geef je aan dat je het er moeilijk mee hebt en niet zomaar je werk weer op kunt pakken. Zo spreekt ieder zich kort uit en kan er vervolgens met elkaar doorgepraat worden, met respect voor ieders reactie.



BENODIGDHEDEN

- Een goede ruimte voor gesprek
- Een set groene, oranje en rode kaarten



TIJDSINVESTERING

- Een geschikt moment voor een zorgteam, redelijk kort na het overlijden van een cliënt.
- 1 – 1 ½ uur



MEER WETEN

Reliëf biedt een training moreel beraad aan, om zorgmedewerkers te trainen in het leiden van een dergelijk groepsgesprek. Op de website www.reliëf.nl staat meer informatie.

Mooie herinneringen



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

Tussen het moment van overlijden en uitvaart, kunnen naasten worden gestimuleerd om hun eigen goede herinneringen aan de overledene op te schrijven. Bijvoorbeeld door bij het herdenkingshoekje (zie vorm 9) een vaas of grote pot neer te zetten. Op een kaartje kunnen mensen hun goede herinneringen opschrijven en in deze vaas doen. Nabestaanden kunnen deze herinneringen later nog eens lezen. Het zou een alternatief kunnen zijn voor een condoleanceboek.

Er kan ook worden gekozen om bijvoorbeeld de herinneringen in een schriftje op te schrijven, en dit schriftje zorgvuldig te bewaren. Voor mensen met een verstandelijke beperking kan de rouw op een later moment weer aanwezig zijn, en dan kan het schriftje met goede herinneringen troost en houvast bieden. Een gesprekje over 'weet je nog dat je samen met Ellie een ijsje ging eten?' kan makkelijker ontstaan als zo'n herinnering in een schriftje is opgeschreven.

“Wanneer iemands lichaam het hospice ging verlaten, werd er wat voorgelezen en lieten we een kaars branden tot de crematie of uitvaart.”

Tommie, verpleegkundige



BENODIGDHEDEN

- vaas
- papier
- pennen of stiften
- kaartje waarop duidelijk staat over wie de herinneringen gaan
- schriftje

Waardering voor zorgmedewerkers



GESCHIKT VOOR

- Hospice
- Woonzorgcentrum
- Locatie voor mensen met een verstandelijke beperking
- Verpleeg- en verzorgingshuis



OMSCHRIJVING

Zoals we in de inleiding schreven, is het begeleiden van het overlijden van een cliënt of bewoner voor zorgmedewerkers vaak een intensieve periode. Er wordt intens gezorgd voor degene die gaat overlijden en meegedeeld met de naasten. Soms worden er extra uren gedraaid of wordt er bij de stervende gewaakt. Voor zorgmedewerkers is het over het

algemeen niet zomaar wat om dan de volgende dag weer 'gewoon' je werk te doen. Een blijk van waardering voor de goede zorg en nabijheid in deze intense periode kan zorgmedewerkers kracht geven om weer verder te gaan.

"Nadat er intens was gezorgd voor een van onze medezusters, vroegen wij ons af wat de zorgmedewerkers eigenlijk ontvingen. Het was voor iedereen een bijzondere periode geweest, ook voor hen. En zij hadden deze waardevolle tijd mogelijk gemaakt. We besloten om alle betrokkenen een kaartje te geven, als dank. Op het kaartje schreven we een mooie tekst, op de voorkant stond een schilderij die de overleden zuster had gemaakt. Zo konden wij onze waardering laten



blijken, en hebben de zorgmedewerkers een tastbaar aandenken aan onze mede-zuster."

zuster Riet
(Zusters van "De Voorzienigheid")

Zorgmedewerkers zouden na de uitvaart iets kunnen ontvangen wat hen doet denken aan degene die is overleden, bijvoorbeeld een bloem, een foto van een schilderij, een zelfgemaakt knuffeltje.

Eigen rituelen

Voeg hier een passende afbeelding in.