



**Gratis lunchconcert
met Dries Roelvink**
Komt u ook?

Uitvaartbegeleider

Mariëtte Roorda:

'In dit werk maak
je zoveel bijzondere
dingen mee'

Theaterstuk over rouw



**'Onze voorstelling
is een zachte
landing'**

Heeft u al
nagedacht
over uw
digitale erfenis?



PONTJESWANDELING + PC AGENDA + PUZZEL & WIN

Inhoud

- 2 Column van afscheidadviseur
Joyce van Lewe
- 3 PC Inspiratie: bloemenkunst
- 4 Heeft u al nagedacht over
uw digitale erfenis
- 8 Mariëtte Roorda over haar werk als
uitvaartbegeleider
- 11 PC Inspiratie: bijzondere initiatieven
rond rouw en afscheid
- 12 Pontjeswandeling door het
Amsterdamse Bos
- 15 Ruth van den IJssel begeleidt
babyuitvaarten
- 16 Dit theaterstuk brengt rouw tot leven
- 18 Wie regelt de uitvaart als er geen
nabestaanden zijn?
- 18 PC Agenda: onze activiteiten dit voorjaar
- 19 Komt u ook? Bingo en lunchconcert
- 20 Lentewoordzoeker: puzzel & win

Colofon

Redactie & productie: PC Uitvaart

Coverfoto: Emma Peijnenburg

U ontvangt dit magazine omdat u lid bent van PC Uitvaart en wij u graag op de hoogte houden van de laatste ontwikkelingen en interessante achtergrondinformatie. Lid zijn van PC Uitvaart is kosteloos.

Het magazine is online te downloaden via: pc.nl/nieuwsmagazine
Wilt u het magazine niet langer ontvangen?
Stuur dan een mail naar info@pc.nl o.v.v.
'Afmelden nieuwsmagazine' met daarin uw gegevens.

PC Uitvaart | Ookmeerweg 273 | 1067 SP Amsterdam

Melding van overlijden: 0800 50 80 (dag en nacht bereikbaar)
Voor andere vragen: bel met 020 800 50 85
(maandag t/m zondag van 9.00 tot 17.00 uur)
of kijk voor meer informatie op pc.nl

 PC Uitvaart  @pcuitvaart1931

Ontvang ons magazine digitaal! Draag samen met ons bij aan een duurzamere wereld en ontvang het PC Uitvaart Nieuwsmagazine voortaan digitaal. Schrijf u in via pc.nl/aanmelden

Joyce van Lewe (40) is getrouwd met Jur (53) en heeft twee kinderen. Ze werkt negen jaar bij PC Uitvaart, waarvan vijf jaar als uitvaartbegeleider en de afgelopen vier jaar als afscheidadviseur. In deze column deelt Joyce verhalen over haar bijzondere werk.

Financiële rust

"Ik heb in mijn werk als afscheidadviseur al veel waardevolle gesprekken gevoerd met mensen die zich bewust zijn van het belang van een goed geregelde uitvaart. Ze willen zeker weten dat, als het moment daar is, alles financieel in orde is voor hun nabestaanden. Dat kunnen natuurlijk de kinderen zijn, maar ook een neef of nicht die straks de uitvaart gaat regelen. De vraag die ik het meest hoor, is: wat kost de uitvaart die ik voor ogen heb? Soms zijn mensen al globaal op de hoogte. Maar vaak hebben ze wat sturing nodig om te begrijpen wat er allemaal mogelijk is. Daar komen wij als afscheidadviseurs in beeld. We nemen de tijd om samen te kijken naar de wensen en maken een begroting op maat. Die geeft niet alleen duidelijkheid over de kosten, maar laat ook zien wat er mogelijk is binnen het budget.

Daarnaast kijken we naar de bestaande polissen. Door deze zorgvuldig uit te zoeken, wordt meteen duidelijk wat er al geregeld is. En dus ook waar eventueel een tekort is. Het komt regelmatig voor dat ik op oude polissen stuit die ooit door ouders zijn afgesloten. Soms zelfs nog handgeschreven. Ik vind het steeds weer bijzonder om te zien hoe het verlangen om voor dierbaren te zorgen generaties lang wordt doorgegeven. Het bespreken en regelen van deze zaken is vaak een emotioneel proces, maar ook een proces van rust en helderheid. Het besef dat mensen nu al kunnen zorgen voor hun nabestaanden, geeft een gevoel van opluchting. Zo krijgen nabestaanden in een periode van verdriet niet ook nog te maken met financiële zorgen, maar kunnen ze zich volledig focussen op het afscheid nemen."

Joyce van Lewe is samen met Martine van den Berg afscheidadviseur bij PC Uitvaart. In het volgende magazine leest u de column van Martine.

FOTO MARGRIET HOEKSTRA



Pure magie

Afscheidsbloemen, bloemen uit de ouderlijke tuin, de favoriete bloemen van een dierbare: Loesje van Herp maakt er een uniek kunstwerk van. Alle plantaardige materialen worden eerst gedroogd. Daarna verwerkt de kunstenaar ze in een persoonlijk wanddoek dat een verhaal vertelt van verbondenheid en continuïteit. Hierbij houdt ze uiteraard rekening met persoonlijke verhalen, associaties en wensen. Dit proces resulteert in, zoals ze het op haar website omschrijft, 'de betoverende schoonheid van imperfectie.'

LOESJEVANHERP.STUDIO



Inspiratie

Bloemen spelen een belangrijke rol bij uitvaarten. En dat kan op meer manieren dan met het traditionele rouwstuk.

Blijvend in bloei

Een rouwstuk van verse bloemen is prachtig, maar wat gebeurt er mee na de uitvaart? Het kan natuurlijk worden meegenomen door de nabestaanden, die de bloemen tijdelijk een mooie plek geven. Toch komt ook dan het moment dat de bloemen verwelken. Wie liever een blijvende herinnering heeft, kan kiezen voor een op maat gemaakt zijden rouwstuk van Judith Esteva. Na de afscheidsdienst tovert zij dit zijden rouwstuk om tot een prachtig boeket, inclusief passende vaas, dat ze bij de nabestaande(n) thuis bezorgt. Een troostend en duurzaam aandenken.

[BLOEMENVANJUD.NL](https://bloemenvanjud.nl)





Heeft u al nagedacht over uw digitale erfenis?

Tegenwoordig laat iemand na zijn overlijden niet alleen een 'gewone' erfenis na, maar ook een digitale. Waarom is het zo belangrijk om die nu al goed te regelen?

Heeft u nog nooit aan uw online erfenis gedacht? U bent niet de enige. Uit gegevens van onderzoeksbureau Kantar blijkt dat maar drie op de tien Nederlanders bekend is met het begrip digitale nalatenschap. Misschien denkt u nu: ik doe helemaal niet zoveel online, dus ik en mijn nabestaanden hoeven ons nergens zorgen om te maken. Maar uw digitale leven is waarschijnlijk omvangrijker dan u zich realiseert.

Groeiende berg data

Zonder dat we het doorhebben, verzamelen we in de loop der jaren een enorme hoeveelheid aan accounts en digitale data. Denk daarbij aan sociale media accounts als Facebook,

Instagram en LinkedIn. Maar ook foto's, documenten en video's die we opslaan op onze laptop, mobiele telefoon of harde schijven. En wat te denken van de eindeloze lijst wachtwoorden die we aanmaken voor bijvoorbeeld webshops, verzekeraars en instanties als MijnOverheid? Ook die behoren tot onze digitale nalatenschap. Net zoals die mailbox(en) vol mappen, e-mails en bijlagen. Het is veel en zal alleen maar meer worden. Juist daarom is het belangrijk om nu al na te denken over wat daar in de toekomst mee gebeurt.

Digi-nalatenschapstress

Stel uzelf vragen als: wat wil ik dat er met al deze persoonlijke gegevens gebeurt? Wil ik online blijven 'doorleven' of verdwij ik liever uit beeld? Wat moeten mijn nabestaanden makkelijk kunnen vinden na mijn dood en wat houd ik liever privé? In de wet staat dat overledenen geen recht hebben op privacy. Dus wilt u uw privacy behouden na uw overlijden, dan is het verstandig uw wensen en grenzen voor uw online nalatenschap vast te leggen. Dit helpt ook om lastige en verdrietige situaties en ethische dilemma's voor nabestaanden te voorkomen.

Margo Hendriks (50) kampte met digi-

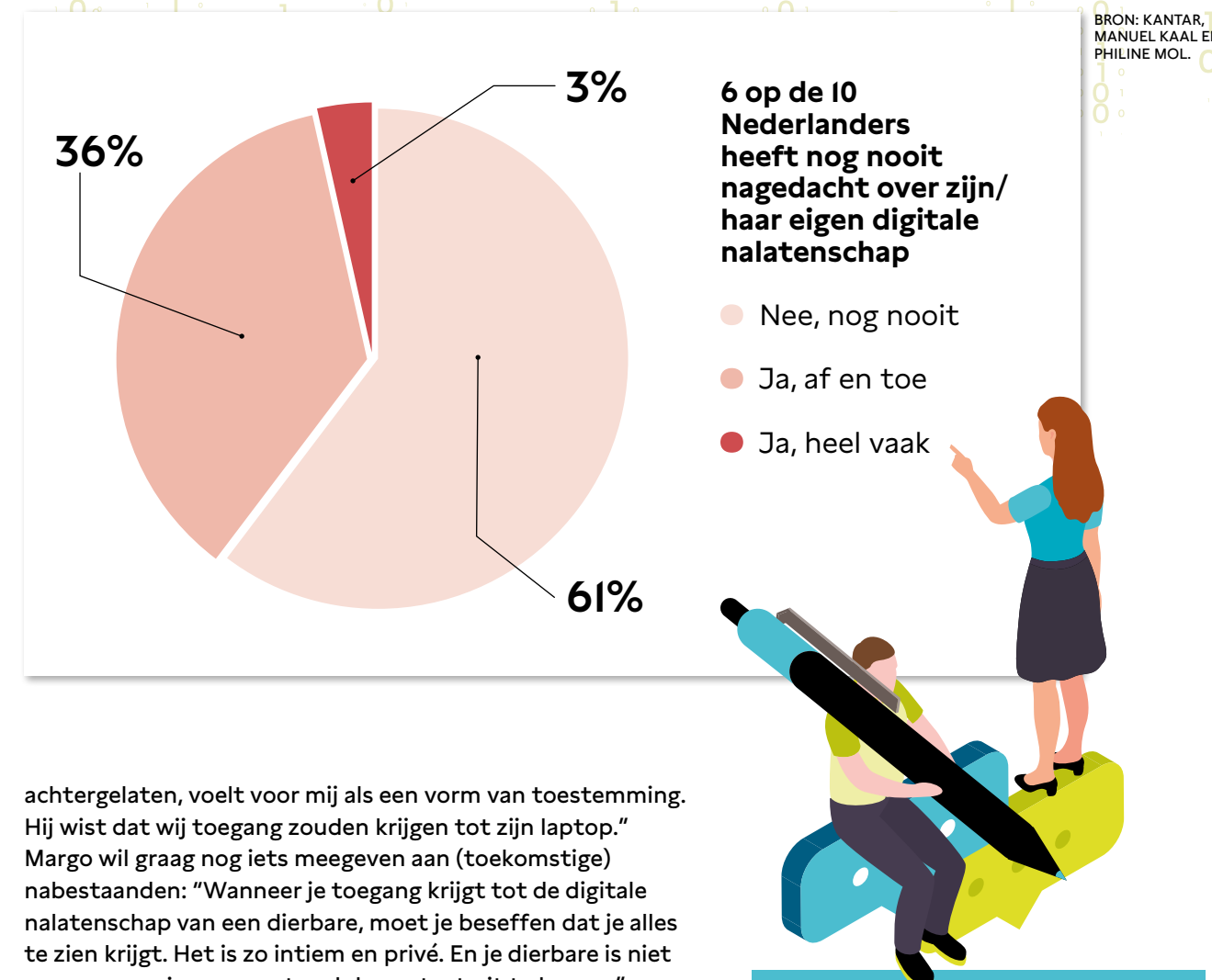
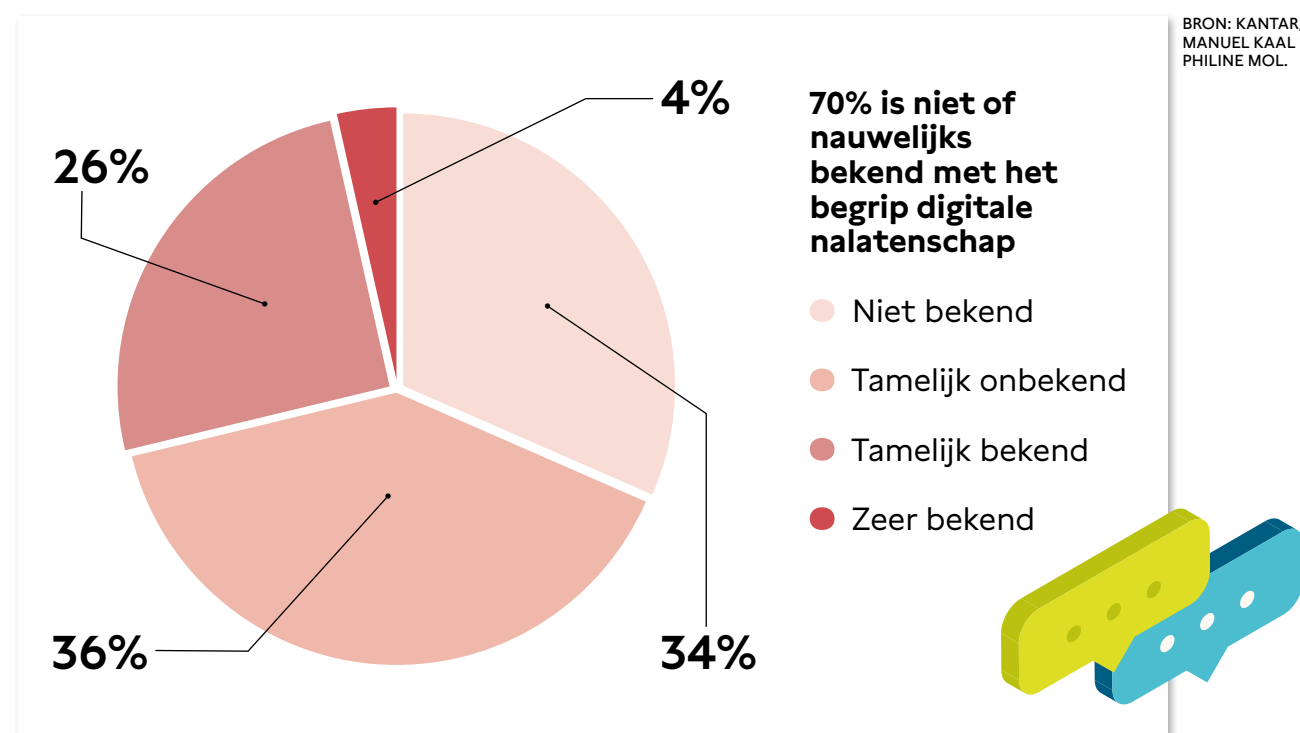
'Na het overlijden van Max vroeg ik me af: wil ik alles wel zien? En zou hij willen dat ik zijn appjes lees?'

nalatenschapstress toen ze plotseling haar 19-jarige zoon Max verloor aan suïcide. "Zijn mobiele telefoon was uitgevallen door een lege batterij. Maar ook met een volle batterij hadden we een code, vingerafdruk of Face ID nodig om toegang te krijgen tot zijn mobiel. We twijfelden zelfs of we in de kist met zijn vingerafdruk de telefoon moesten ontgrendelen. Maar ik vroeg me ook af: wil ik alles wel zien? En zou Max willen dat ik zijn appjes lees?"

Afscheidsbrief

Na een jaar was Margo er klaar voor om met behulp van Digital Life Legacy, het kennis- en expertisecentrum voor digitale nalatenschap, de mobiel en laptop van haar zoon te ontgrendelen. Margo: "Alles wat ik tegenkwam, was Max zoals ik hem kende. Tientallen foto's van de katten, websites met de games die hij speelde en voicemail's." De laptop bevatte bovendien een onverwachte vondst: een afscheidsbrief. "Het feit dat Max die brief op het bureaublad had

BRON: KANTAR, MANUEL KAAL EN PHILINE MOL.



BRON: KANTAR, MANUEL KAAL EN PHILINE MOL.

achtergelaten, voelt voor mij als een vorm van toestemming. Hij wist dat wij toegang zouden krijgen tot zijn laptop." Margo wil graag nog iets meegeven aan (toekomstige) nabestaanden: "Wanneer je toegang krijgt tot de digitale nalatenschap van een dierbare, moet je beseffen dat je alles te zien krijgt. Het is zo intiem en privé. En je dierbare is niet meer aanwezig om eventueel de context uit te leggen." Nu al over die nalatenschap nadenken, kan in de toekomst dus stress voorkomen. Maar er is nog een belangrijke reden om het niet voor u uit te schuiven: identiteitsfraude met het gebruik van gegevens of accounts van overleden personen neemt ieder jaar toe. Zo kan een overledene opeens ongewild 'tot leven' komen.

Aan de slag

Hoe te beginnen? Geef in ieder geval de inlogcodes van uw laptop en telefoon aan iemand die u vertrouwt. Of vertel die persoon waar deze gegevens (versleuteld) te vinden zijn, bijvoorbeeld in een testament of op een lijst met inlogcodes die u zelf bijhoudt. Daarnaast kunt u in een online wachtwoordkluis alle wachtwoorden opslaan. Voor deze beveiligde plek is maar één hoofdwachtwoord nodig. Ook belangrijk: zeg nooit zomaar een telefoonabonnement op van een overledene. Daardoor kunnen namelijk problemen ontstaan met inloggen bij belangrijke accounts, bijvoorbeeld als er via de mobiele telefoon een beveiligingscode binnenkomt. Als u zich inschrijft voor de nieuwsbrief van oneindigonline.nl of digitaalsamenleven.nl ontvangt u een achtstappenplan per mail voor het regelen van uw digitale nalatenschap. ●

Hulp van data experts

Als nabestaanden geen inloggegevens hebben, kan *Digital Life Legacy* helpen zodat bestanden op apparaten en in accounts van de overledene weer bereikbaar worden. Dit kennis- en expertisecentrum voor digitale nalatenschap geeft rechtmatige erfenissen op juridisch correcte wijze toegang, zodat de afwikkeling van diverse zaken een stuk eenvoudiger wordt gemaakt. Ze werken samen met data-experts en passen forensische onderzoeksmethodes toe om data veilig te stellen. De werkprocessen zijn conform de geldende privacyregels en ISO gecertificeerd. Benieuwd wat *Digital Life Legacy* voor u zou kunnen betekenen? Kijk op digitallifelegacy.nl.

Mariëtte Roorda (61)

is sinds twintig jaar uitvaartbegeleider bij PC Uitvaart. Ze noemt het de baan van haar leven. Wat maakt dit werk zo bijzonder? Hoe houdt ze het vol en wat raakt haar?

Goh, dat is een leuke baan, dacht Mariëtte Roorda toen ze de uitvaartbegeleider van haar vaders begrafenis alles zag regelen. "Zonder dat we het doorhadden, pakte zij van alles op terwijl wij in het verdriet zaten en op dat moment niet helder en praktisch konden denken." Daar werd het zaadje geplant. Al duurde het nog vijf jaar voordat ze solliciteerde bij PC Uitvaart. "Ik werkte negentien jaar als zelfstandig Mensendiecktherapeut en vond de verhalen van de mensen nog steeds leuk, maar ik miste spanning en variatie in mijn werk." Mariëtte besluit met een loopbaancoach in zee te gaan. Uit tests blijkt dat ze geschikt zou kunnen zijn voor werk in de uitvaartwereld. De coach geeft



Mariëtte: 'Ik zocht naar meer spanning en variatie in mijn werk. Ik had nooit gedacht dat in de uitvaartwereld te vinden.'

haar het uiteindelijke duwtje om door te zetten. Als ze in 2005 in het Parool een vacature ziet voor uitvaartbegeleiders bij PC Uitvaart weet ze: nu ga ik schrijven. Haar brief wordt samen met 79 andere brieven geselecteerd uit vierhonderd sollicitanten. Mariëtte rolt soepel door de selectierondes en belandt met zeven anderen in een klasje voor een opleidingsprogramma van drie maanden. "Ik was 42 en voelde me weer een brugklasser. Alles was nieuw voor me, maar ik vond het vanaf dag één geweldig!"

Achter de voordeur

Mariëtte werkt nu vier dagen per week en verdeelt haar tijd tussen besprekingen bij mensen thuis en het begeleiden van een uitvaart. In de ochtend krijgt ze te horen naar welk adres ze moet, wie er is overleden, de geboortedatum van de overledene en wie de contactpersoon is. "Je komt overal voor het eerst binnen en ik weet nooit wat ik achter de voordeur aantref. Is de hele familie er of maar één iemand, komt er een spraakwaterval los of wordt er vooral gezwegen, is iemand onverwacht overleden of na een lang ziekbed?"

Die afwisseling is volgens Mariëtte

waarom ze het werk na twintig jaar nog steeds met veel toewijding doet.

"Je stapt iedere keer een ander verhaal binnen. Ik kijk goed rond, observeer en stel vragen. Soms is er veel verdriet, als het overlijden

heel duidelijk en concreet. Ik merk dat mensen dat nodig hebben in deze emotionele periode, zelf weten ze niet waar ze moeten beginnen. Ik ontlast ze, maar alles gaat wel in samenspraak."

'Ik ben vrijwel continu bereikbaar voor de families, dat is heel anders dan twintig jaar geleden'

van de dierbare plotseling was of bij het overlijden van kinderen bijvoorbeeld. Maar er wordt ook vaak gelachen. Daar moet ik secuur mee omgaan. Soms maken familieleden grappen en dat zorgt voor een stukje ontspanning in een moeilijke tijd."

Zo'n eerste bespreking duurt gemiddeld tweeënhalf uur en gaat onder andere over de eventuele wensen van de overledene, of het een crematie of begrafenis wordt en wat er in aanloop naar de uitvaart allemaal geregeld moet worden. Van de rouwkaart tot de muziek. "Ik maak een samenvatting van het gesprek, het kostenplaatje en een tijdspad van wat er tussen de eerste bespreking en uitvaart moet gebeuren. Het is allemaal

Spin in het web

Als uitvaartbegeleider moet je altijd vriendelijk, kalm en geduldig zijn, zegt Mariëtte. Je moet empathisch zijn, maar ook een zekere afstand kunnen bewaren. "Sommige mensen willen op het laatst nog wijzigingen doorvoeren voor de uitvaart. Dat kost vaak veel energie, toch moet ik het regelen en snel schakelen. Het is dan ook best een stressvolle baan. Ik ben een spin in het web, ook naar de locatie waar de uitvaart is. Een groot verschil met twintig jaar terug is dat ik vrijwel continu bereikbaar ben voor de families, door het appen en mailen is dat contact nu veel intensiever. Dat is dan ook mijn valkuil, dat ik continu aan sta en ook in de avonden en in het

Werken als
uitvaartbegeleider

'Je stapt iedere keer een ander verhaal binnen'

'Wat ik doe is heel duidelijk en concreet. Ik merk dat mensen dat nodig hebben in deze emotionele periode'

weekend aan het appen ben. Ik ontspan door veel te wandelen, het liefst over het strand. En ik vind tekenen en golfen leuk. Op die momenten gaat mijn telefoon wel uit en probeer ik op te laden. Ook kan ik met mijn collega's veel lachen, dat is onze manier van ontlasting."

Eigen emoties

Hoe zit het met Mariëttas emoties, wat raakt haar nog na al die jaren werken als uitvaartbegeleider? "De dood is een onderdeel

van mijn dagelijks leven en ik schakel mijn emoties zoveel mogelijk uit. Aan de andere kant: ik zit als eerste te grienen bij een emotioneel tv programma. Misschien is dat wel de ontlasting van de verschrikkelijke dingen die ik soms voorbij zie komen. Kinderbegrafenissen zijn altijd heel verdrietig. Je kind verliezen is het ergste wat er is. Het bijzondere is wel, dat hoe heftiger de uitvaart, hoe minder ik mijn eigen emoties toelaat. Op zo'n moment ben ik ontzettend in mijn hoofd en wil ik

alles goed regelen voor de nabestaanden. Passen er driehonderd mensen in de aula, liggen de bloemstukken op de juiste plek, loopt alles goed? Bij een uitvaart van iemand van negentig, waar er over het algemeen minder ruis is en minder geregeld moet worden, kan ik meer emotie toelaten." Vorig jaar is Mariëttas moeder op 93-jarige leeftijd overleden. "Twee weken erna moest ik een uitvaart begeleiden van een 94-jarige vrouw. Ik keek naar de muziklijst en zag 'Geen kind meer' van Karin Bloemen op de lijst, een lied dat gaat over het verlies van beide ouders. Ik dacht: wauw, ik weet niet of ik dit aankun op dit moment. Toen heb ik het lied vooraf een paar keer geluisterd, zodat ik niet zou worden overvallen door emoties."

Baan van mijn leven

"Ruim twintig jaar geleden zocht ik naar meer spanning en variatie in mijn werk. Ik had nooit gedacht dat in de uitvaartwereld te vinden. Als uitvaartbegeleider is iedere dag anders en maak je zoveel bijzondere dingen mee. Het is de baan van mijn leven en ik wist vooraf niet dat ik het zó naar mijn zin zou hebben. Een paar jaar terug heb ik de uitvaart van mijn loopbaancoach geleid die me destijds het zetje gaf om dit nieuwe avontuur aan te gaan. Ik ben hem nog elke dag dankbaar." •

Wilt u meer weten over onze uitvaartbegeleiders? Kijk op pc.nl/ons-team/

TEKST JESSICA VAN ZANTEN BEELD EMMA PEIJNBURG

Inspiratie

Bijzondere initiatieven rond het leven, de dood en het herdenken van dierbaren



Doek vol liefde

Marlon Groot Zevert is gespecialiseerd in herinneringskunst, geïnspireerd door de natuur en uitgevoerd in aardetinten. Haar schilderijen leggen de essentie van een overleden dierbare op een symbolische manier vast. Tijdens een gesprek, in haar atelier of bij de nabestaande(n) thuis, bespreekt ze de wensen. Met zorg verwerkt ze as, een stukje kleding of een ander betekenisvol element in haar ontwerp. Marlon: "Zo ontstaat er een werk dat niet alleen gezien wordt, maar ook gevoeld."

[MARLONGROOTZEVERT.NL](https://marlongrootzevert.nl)

Eén met de natuur

Een aaibare urn van 100% natuurlijke materialen, dat is Loop EarthRise. De urn wordt gekweekt van lokale paddenstoelen en upcycled hennepvezels. In Nederland is het toegestaan om de urn op (natuur)begraafplaatsen of in de tuin te begraven. Dit is afhankelijk van de locatie en de plaatselijke wetgeving, dus check dat eerst. In de bodem gaat de urn in 45 dagen op in de natuur en vormt zo een bron voor nieuw leven. Krijgt de urn een plek in een droge, geventileerde ruimte, dan kan hij daar voor onbepaalde tijd blijven staan. Er zijn twee varianten: met of zonder de optie om in de deksel een plantje te plaatsen. [LOOP-BIOTECH.COM/EARTHRISE/](https://loop-biotech.com/earthrise/)



Gouden randje

Kunstenares en dichteres Kitty Geertman maakt koesterkunst: kunstwerken die steun en troost bieden bij rouw en verlies. Kitty: "Koesterkunst is er voor iedereen die eraan toe is om het gemis van een dierbare in het dagelijks leven te verweven. Zodat je weer met zachte ogen en een open hart kunt kijken naar de liefde die er

altijd was." Na gesprekken met nabestaanden schrijft ze een gedicht. Daar maakt ze een beeld bij met zelfgemaakte natuurlijke verf en inkt. Als het gewenst is, kan ze ook as in de verf verwerken. Tot slot voegt ze 22-karaats bladgoud toe, geïnspireerd op de Japanse Kintsugi-kunst.

[KITTYGEERTMAN.NL](https://kittygeertman.nl)





Pontjeswandeling

door het Amsterdamse Bos

Deze rondwandeling is vanaf half april het perfecte weekenduitje. Dan varen namelijk beide pontjes die deze afwisselende route door het Amsterdamse Bos mogelijk maken.

Start- en eindpunt: Restaurant De Bosbaan in het Amsterdamse Bos. Lengte van de wandeling: ca. 9 kilometer.

- 1 Neem het voetpad rechts van het water.
- 2 Ga rechtsaf brug 1553 over, een brug met witte leuningen.
- 3 Bij Wandelnetwerk nr. 52: loop rechtdoor.
- 4 Sla bij Wandelnetwerk nr. 59 linksaf.
- 5 Blijf dit asfaltpad volgen. U loopt langs jachthaven De Koenen en passeert brug 506.
- 6 Ga bij Wandelnetwerk nr. 58 rechtsaf.
- 7 Steek de Koenersluis over en loop door via brug 591.
- 8 Bij Wandelnetwerk nr. 84 gaat u rechtsaf, de witte brug over.
- 9 Pad vervolgen. Aan uw rechterhand ziet u een stuk dat is afgesloten met een hek met daarop de tekst 'Schotse Hooglanders'. Eventueel kunt u hier even rondkijken.
- 10 Loop door tot een T-splitsing. Sla daar schuin rechtsaf het voetpad in parallel aan het water (gemarkeerd met een blauwe pijl).
- 11 Na 20 meter, bij een opening in het bos, loopt u linksaf, via een stukje gras, naar het grindpad langs het water.

- 12 Loop verder op dit grindpad, het water is aan uw linkerhand.
- 13 Neem na enige tijd het pad schuin rechtsaf het bos in (blauwe pijl).
- 14 Blijf dit pad volgen, nog steeds gemarkeerd met een blauwe pijl.
- 15 Ga meteen voorbij Boerderij Meerzicht rechtsaf en volg het routebordje Veerpont Nieuwe Meer. En steek over met het pontje.
- 16 Loop na de pont meteen linksaf, een pad langs een klein skatepark.
- 17 Volg dit pad langs het water tot een kruising met een asfaltpad. Ga daar linksaf.
- 18 Op de T-splitsing: rechtsaf.
- 19 In de bocht slaat u rechtsaf (het water is aan uw linkerhand).
- 20 Wandel onder de brug door en ga rechtsaf de trap op.
- 21 Steek via de brug het water over en ga rechtsaf de trap af.
- 22 Beneden loopt u rechtsaf, richting het water.
- 23 Bij het water gaat u rechtsaf, Nieuwemeerdiijk. U houdt het water aan uw linkerhand.

Helena vaart door

Toen de gemeente Amsterdam in 2024 bekendmaakte dat veerpont Nieuwe Meer geen subsidie meer zou krijgen, leek het doek te vallen voor deze populaire overtocht met de Helena. Dat veel mensen het daar niet mee eens waren, bleek uit de petitie die massaal werd getekend om sluiting tegen te gaan. Ook volgden er protesten. En met succes: afgelopen februari werd er toch nog geld vrijgemaakt, zodat Helena in elk geval in 2025 en 2026 in de vaart blijft. De pont vaart op zaterdagen en zon- en feestdagen van half april tot half oktober. Kijk voor actuele informatie op rederij-oeverloos.nl.



- 24 Loop 1,5 kilometer door tot u bij Veerpont Ome Piet bent en neem het pontje.
- 25 Aan de overkant van het water, bij Wandelnetwerk nr. 88, gaat u rechtsaf, het voetpad op.
- 26 Blijf dit pad volgen, ook als het samenvoegt met een asfaltpad.
- 27 Dit asfaltpad blijven volgen en op T-splitsing rechtsaf.
- 28 Op kruising met routeborden weg oversteken (Nieuwe Meerlaan) en rechtdoor (oranje pijl).
- 29 Wit met rode brug oversteken (brug 517) en rechtsaf de oranje pijl volgen.
- 30 Op kruising rechtdoor (aan uw rechterhand ziet u brug 518).
- 31 Rechtdoor langs het hek (Bostheater) en de rode pijlen volgen. U passeert verderop weer hekken.
- 32 Neem het voetpad langs de speelweide, u komt onder meer langs Mini Captain.
- 33 Voor de brug, bij Wandelnetwerk nr. 36: linksaf.
- 34 Weg oversteken (De Duizendmeterweg) en rechtdoor blijven lopen.
- 35 Vlak daarna linksaf via een wit met blauwe brug (Brug 530).
- 36 Na de brug rechtsaf. Dit pad blijven volgen tot u weer bij Restaurant De Bosbaan bent. U passeert onderweg het Nationaal Dachau Monument. ●

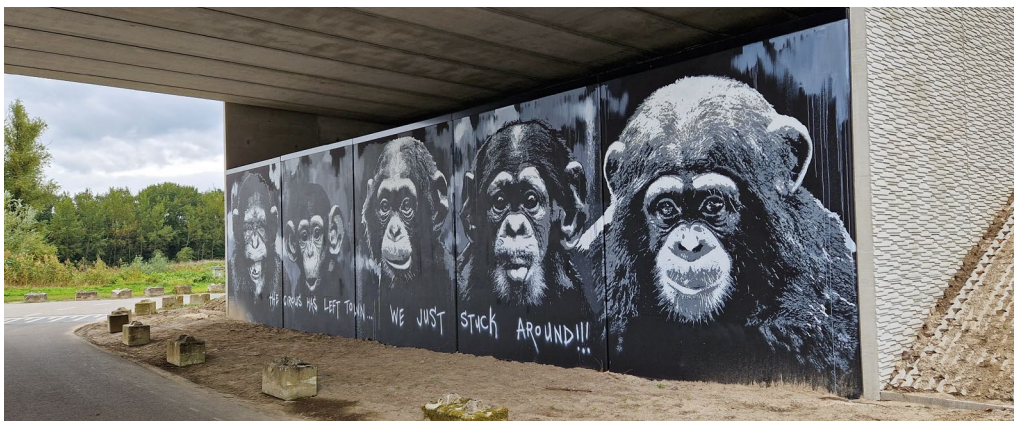
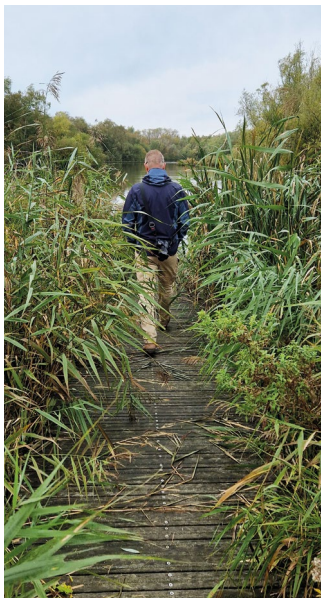


Klein & fijn

Veerpont Ome Piet is een fiets- en voetveerpontje tussen de Nieuwemeerdijk en het Amsterdamse Bos. De pont heeft de naam gekregen van de laatste pontbaas Pieter Eilander (1906-1993), alias Ome Piet. Het vaarseizoen start dit jaar op zaterdag 19 april. De pont vaart op zaterdagen en zon- en feestdagen. Kijk voor actuele informatie op nieuwemeer.info/veerpont/index.html

Even bijtanken

Vlak voor u bij veerpont Nieuwe Meer aankomt, loopt u langs Boerderij Meerzicht. Dit restaurant met groot terras is de perfecte stop voor een vers gebakken pannenkoek, huisgemaakt broodje of iets anders lekkers. Voor (klein)kinderen is er een speeltuin.



Koesteren & loslaten

Roman, het zoontje van Ruth van den IJssel (52), overleed in haar buik in 2010. Nu begeleidt ze al ruim tien jaar babyuitvaarten. 'Normaal ligt de focus op afscheid nemen. Hier is juist welkom heten ook zo belangrijk.'

"Ik was 32 weken zwanger toen het op een maandagochtend heel stil was in mijn buik. 'Niets aan de hand,' probeerde ik mezelf te sussen. Maar diep in mijn hart wist ik het al. Net zoals ik – toen Paul en ik besloten dat ons gezin compleet was met twee kinderen – ergens het idee had dat het niet klopte. Dat er nóg een kindje zou komen. Onze jongste was zes toen ik onverwacht toch weer zwanger werd. Zie je wel, dacht ik. Ik was euforisch, de hele zwangerschap. Tot die maandag.

De verloskundige kon geen hartje meer vinden. Opeens moesten we een kistje uitzoeken. Een plek op de begraafplaats. Toen mijn dode baby een paar dagen later op mijn borst werd gelegd, moest ik verschrikkelijk huilen. Een soort oerhuilen, het kwam van zo diep.

Maar na een kwartier dacht ik: ik wil het gezichtje zien. Behoedzaam tilde ik het hoofdje op. Mijn tranen stopten, er kwam verwondering, nieuwsgierigheid en een immens gevoel van liefde. De dode baby werd mijn zoon: Roman. Ik wilde niets liever dan hem leren kennen, in de korte tijd dat we samen zouden zijn."

Het verdriet verzachten

"Een jaar later werd Maan geboren. Zij is het mooiste cadeau dat ik kon krijgen. Maan was tweeënhalft toen ik, samen met twee vriendinnen, van start ging met Ima afscheidszorg. Door mijn eigen ervaring wist ik dat een uitvaart van een kindje dat sterft tijdens de zwangerschap of rondom de geboorte zo anders is dan andere uitvaarten. Normaal ligt de focus op afscheid nemen. Hier is juist welkom heten

ook zo belangrijk. De bevalling komt nog, je gaat moeder en vader worden. Hoe doe je dat en hoe hecht je je aan je kind voordat je hem of haar weer los gaat laten?

Ima betekent 'mama' en 'in het heden'. Dat heden, het nu, daar gaat het om in de dagen tot de uitvaart. Vroeger werden overleden baby's direct weggehaald bij hun moeder. Traumatiserend, weten we nu. Door zorgvuldig met het verdriet om te gaan neem je het niet weg, maar kun je het wel verzachten. Als je je kindje vasthoudt, ernaar kijkt, ontdekt dat het de pink van opa heeft, of de wenkbrauw van zijn vader, het misschien wel masseert met babyolie en foto's of filmpjes maakt, creëer je herinneringen. Die zijn waardevol voor de rest van je leven."

'Ik wilde niets liever dan hem leren kennen, in de korte tijd dat we samen zouden zijn'



Ruth, Paul en hun kinderen brengen Roman naar zijn laatste rustplaats.



Nalatenschap van Roman

"Tot aan de uitvaart was Roman bij ons thuis. We namen hem op schoot, zongen liedjes, lazen hem voor. 'Is dit soort dingen geen poppenkast?' vroeg een aanstaande vader eens sceptisch, toen ik het aanraaide.

'Misschien,' gaf ik toe. 'Maar het is alles wat je hebt. Zorg dat je geen spijt krijgt van dingen die je hebt laten liggen.' Zo kan het ook helend zijn veel mensen toe te laten in de dagen van rouw en bij de uitvaart. Vaak is er de neiging het klein te houden. Maar hoe meer je je omgeving deelgenoot maakt, hoe makkelijker het is om over je kind te praten. Dat helpt zo bij de verwerking.

Ima afscheidszorg bestaat nu, elf jaar na de start, uit een heel team. We hebben al meer dan duizend uitvaarten begeleid. Het is erg mooi om er voor andere ouders te zijn in hun diepste verdriet, maar ook diepste vorm van liefde. 'Jij bent de verpersoonlijking van mijn toekomst,' zei een moeder eens. 'Je geeft mij hoop, jij laat zien dat je ondanks dit verdriet rechtop kunt blijven staan.'

Dat ontroerde me zo. Het klopt. Ik kan oprecht zeggen dat ik weer gelukkig ben. En het is troostrijk dat Roman, die zijn ogen nooit heeft geopend, toch iets moois heeft nagelaten." •

Heeft u na het lezen van dit artikel behoefte aan hulp? Steunpunt Nova is het landelijk steunpunt voor ouders die hun baby verliezen.

U vindt ze op steunpuntnova.nl



Dit theaterstuk brengt rouw tot leven

Ameline Ansu, socioloog en auteur van 'Van harte gecondoleerd', verloor kort na elkaar haar beide ouders. De vader van theatermaker, zangeres en presentatrice Wendy Hoogendijk overleed plotseling door een verkeersdelict. Samen verwerkten ze hun verhalen in een interactieve voorstelling over rouw: 'Op Rouwtour'.



Wendy (links) en Ameline.

Een theatervoorstelling over rouw zie je niet vaak langskomen in de programmaboekjes. Precies daarom hebben Ameline en Wendy deze voorstelling gemaakt, om rouw bespreekbaar te maken.

Ameline: "Over de dood praten klinkt zwaar, maar iedereen krijgt helaas vroeg of laat te maken met verlies en rouwen. En als je zelf niet in de rouw bent, sta je misschien wel naast iemand met verdriet. Ieder mens heeft een ander verhaal. En iedereen gaat er anders mee om, want er is niet één manier van rouwen. Dat is precies wat we met elkaar delen, dat je allemaal op een andere manier met het missen omgaat." Het theaterstuk is dan ook niet alleen voor nabestaanden, het is ook bedoeld om te laten zien hoeveel mensen met dit onderwerp bezig zijn. Om bijstanders te benadrukken hoe belangrijk ze zijn én om, als je die behoefte voelt, er daarna met elkaar over in gesprek te gaan. "Het hoeft niet allemaal zwaarmoedig te zijn," gaat Ameline verder, "ik zie ons als aanjagers. De voorstelling is een zachte landing om het gesprek te openen."

Krachten bundelen

Het stuk zit vol mooie verhalen en liedjes: een socioloog en een theatermaker samen blijkt een *match made in heaven*. Wendy: "We waren beiden

bezig met dit thema. Ik had aan de hand van het plotselinge verlies van mijn vader de voorstelling 'Radiostilte' gemaakt en speelde die ook voor het Openbaar Ministerie en de politie. Midden in die tour hoorde ik over Ameline, en dacht: volgens mij zijn we op dezelfde missie. We zijn koffie gaan drinken en bleken een klik te hebben. Inmiddels zijn we vriendinnen en dus een duo in het theater. We hebben onze krachten gebundeld."

Ameline: "We hebben een mooie verdeling, doen om de beurt een inleiding, wisselen elkaar af. Als ik iets uitleg, ondersteunt Wendy dat met een mooi lied, bijvoorbeeld. We kunnen elkaar nog steeds raken en hebben veel van elkaar geleerd."

Wendy: "We zijn letterlijk in elkaars wereld gestapt."

Napraten in de foyer

Wie de voorstelling gaat bekijken, kan een avond verwachten met ongemak, humor, verdriet en warmte. **Ameline:** "Kijk, rouwen is niet mooi. Het doet ontzettend veel pijn. Maar erover praten, het accepteren, ermee bezig zijn en het proberen

wat lichter te maken is zo belangrijk. Voor mijn boek sprak ik een jaar met mensen die net als ik te vroeg boven de kist van een ouder hadden gestaan, waardoor ik ontzettend veel nieuwe inzichten kreeg. Pas toen realiseerde ik me: wat gek, hier heb ik het eerder nooit zo over gehad. Ik weet niet of ik het heb gemist, maar het had misschien verlichting kunnen geven, helend kunnen zijn."

Wendy: "Rouwen bracht het leven ook heel dichtbij. Laatst kwam er iemand naar me toe, die zei: 'Je geeft zo mooi weer dat jij ook niet weet hoe je moet rouwen, maar dat je er wel gewoon mee moet dealen.' Het is ook mooi om te zien hoe het publiek na de voorstelling met elkaar in gesprek gaat."

Ameline: "We geven altijd aan dat mensen na afloop nog kunnen komen napraten in de foyer. Na de eerste voorstelling kwam er niemand. Bleek dat iedereen zat na te praten in de zaal. Kijk, daar doen we het voor." •

Bekijk de speellijst van 'Op Rouwtour' op: oprouwtour.nl

'Rouwen is niet mooi. Het doet ontzettend veel pijn. Maar erover praten is zo belangrijk'



Durf te vragen

Medewerkers van PC Uitvaart geven antwoord op vragen over het laatste afscheid. Heeft u ook een vraag? Mail die dan naar redactie@pc.nl.

Wie regelt de uitvaart als er geen nabestaanden zijn?

Annie (78)



Voor we hier antwoord op geven, is het goed om te definiëren wat er wordt verstaan onder het begrip nabestaande. Volgens het woordenboek Van Dale is dit: 'iemand uit het gezin of de naaste familie van een overledene die nog in leven is na dat overlijden'. Maar in de uitvaartwereld wordt vaak breder gekeken. Als er geen familieleden meer zijn om de uitvaart te regelen, kan iemand anders deze taak op zich nemen. Denk bijvoorbeeld aan een goede vriend of vriendin, of aan burens met wie de overledene een goede band had. Op het moment dat er echt niemand te vinden is om de uitvaart te regelen, zal de gemeente de uitvaart verzorgen. Als er voldoende financiële middelen zijn (bijvoorbeeld via een uitvaartverzekering), kan rekening worden gehouden met de wensen van de overledene. Voor zover die bekend zijn natuurlijk. Zijn de middelen ontoereikend, dan wordt de uitvaart vaak soberder uitgevoerd. In sommige gevallen zal de gemeente een vertegenwoordiger sturen die een kort woordje spreekt. Ook kan het gebeuren dat een dichter een persoonlijk gedicht voor de overledene voorleest, zoals de dichters van Stichting De Eenzame Uitvaart in Amsterdam en omgeving.

Een aangewezen executeur

Als u al weet wie u graag uw uitvaart wilt laten regelen, is het verstandig om diegene aan te wijzen als executeur. Een executeur is een persoon die in een testament wordt benoemd om de nalatenschap te beheren en de uitvaart te regelen. Het is uiteraard belangrijk om vooraf met de persoon in kwestie te overleggen of die deze functie kan en wil vervullen. Een executeur mag om hulp vragen, bijvoorbeeld aan een notaris, en kan zijn of haar taak weigeren. Het is ook mogelijk een notaris als executeur aan te wijzen. Daar zijn wel kosten aan verbonden. PC Uitvaart werkt samen met Partiar, onafhankelijk executeur van nalatenschappen. Meer informatie over hun werkwijze vindt u op partiar.nl. •

PC Agenda

Alle activiteiten van PC Uitvaart zijn gratis toegankelijk en iedereen is welkom.
Komt u ook?

DOORLOPENDE ACTIVITEITEN

Diverse locaties

Vrijblijvend inloopspreekuur

Stel al uw vragen over afscheid nemen, herdenken, rouw en verlies.

Herdenkingspark Westgaarde

Rouwcafé door Humanitas

Vindt één keer per maand plaats.

Kijk voor alle actuele data en tijden op pc.nl/agenda

OVERIGE ACTIVITEITEN

Moederdag zondag 11 mei Vaderdag zondag 15 juni

Op Moederdag en Vaderdag bent u van harte welkom op onze locaties* om samen stil te staan bij uw overleden ouder(s). Er staan gratis bloemen of plantjes klaar. Zelf bloemen meenemen en een tekening, brief of iets anders achterlaten kan natuurlijk ook. U wordt ontvangen met koffie en thee en onze collega's van PC Uitvaart zijn aanwezig voor een goed gesprek.

* Kijk op pc.nl/agenda voor de deelnemende locaties en tijden.

Renovatie-update

Crematorium Westgaarde

Wij zijn aan het verbouwen

Crematorium Westgaarde is gestart met een grote renovatie. Het pand wordt getransformeerd naar een eigentijds en duurzaam uitvaartcentrum. De locatie is deels open voor uitvaarten en het herdenkingspark blijft toegankelijk voor bezoekers. Volg alle plannen en ontwikkelingen op westgaarde.nl/renovatie.



Zondag 22 juni 2025

Lunchconcert met Dries Roelvink

Op 22 juni geeft Dries Roelvink een uniek concert in Crematorium en Uitvaartcentrum Haarlemmermeer. Of het nu gaat om Amsterdamse inhakers of Engelstalige liefdesliedjes: deze vrolijke en energieke zanger zorgt precies voor de juiste sfeer op het juiste moment. Het wordt een onvergetelijke dag, die wordt afgesloten met een lunch.

Programma

11.00 - 12.00 uur: ontvangst met koffie/thee en iets lekkers

12.00 - 13.00 uur: optreden Dries Roelvink

13.00 - 14.00 uur: lunch (ook vegetarisch)

Komt u ook?

Het concert vindt plaats in Crematorium en Uitvaartcentrum Haarlemmermeer, Hoofdweg Oostzijde 1100 in Nieuw-Vennep. Deelname is gratis, u kunt zich aanmelden* vanaf 1 mei om 19.00 uur via afscheidsboetiek.nl/activiteiten

*maximaal 2 tickets per persoon



AFSCHEIDS
BOETIEK

f AfscheidsBoetiek i afscheidsboetiek



+
OPTREDEN
VAN SASKIA
& SERGE

Zondag 29 juni 2025

Bingo met mooie prijzen

Crematorium en Uitvaartcentrum Zaanstad organiseert op 29 juni een bingo met mooie prijzen. We starten met een heerlijke lunch, gevolgd door de bingo. Aansluitend wordt u getrakteerd op een optreden van Saskia & Serge, bekend van onder meer 'Zomer in Zeeland'. Tot slot is er nog tijd om uitgebreid na te genieten met iets lekkers.

Programma

12.00 - 13.00 uur: ontvangst met een heerlijke lunch (ook vegetarisch)

13.00 - 14.00 uur: bingo

14.00 - 14.45 uur: optreden Saskia & Serge

14.45 - 15.30 uur: nazit met koffie en iets lekkers

Komt u ook?

Het event vindt plaats in Crematorium en Uitvaartcentrum Zaanstad, Wibautstraat 282 in Zaandam. Deelname is gratis, u kunt zich aanmelden* vanaf 1 mei om 19.00 uur via afscheidsboetiek.nl/activiteiten

*maximaal 2 tickets per persoon

Woordzoeker

Puzzel & Win

De woorden die verstopt zijn in het diagram kunnen van links naar rechts staan, van rechts naar links, van boven naar beneden, van beneden naar boven of diagonaal. Door alle woorden weg te strepen (letters mogen vaker dan één keer gebruikt worden) blijven er een paar letters over. Deze vormen, van links naar rechts en van boven naar beneden, een woord.

- AKELEI
- ALOE
- ANEMOON
- BERGAMOTPLANT
- CANNA
- DILLE
- FIJNSTRAAL
- GERBERA
- GOUDSBLOEM
- GRASANJER
- IJSKRUID
- IJZERHARD
- JUDASPENNING
- MEIZOENTJE
- MELDE
- MONNIKSKAP
- NARCIS
- PIMPERNEL
- ROOS
- SALVIA
- SCHARNIERPLANT
- SEDUM
- SIERWINDE
- SLAAPMUTSJE
- THEEROOS
- TULP
- VIOOLTJE
- VROUWENMANTEL
- ZEEUWS KNOOPJE
- ZONNEROOSJE

Gevonden? Vul de oplossing voor 10 mei 2025 in op pc.nl/woordzoeker en maak kans op één van de **10 vlinderhotels** ter waarde van € 22,40.

B	M	O	N	N	I	K	S	K	A	P	E	O	L	A	
L	A	A	R	T	S	N	I	J	F	R	O	O	S	L	P
A	I	V	L	A	S	Z	M	U	D	E	S	C	E	L	
G	N	I	N	N	E	P	S	A	D	U	J	H	T	U	
S	E	B	E	R	G	A	M	O	T	P	L	A	N	T	
G	L	J	H	G	R	A	S	A	N	J	E	R	A	M	
O	A	A	S	S	N	D	I	L	L	E	D	N	M	E	
U	R	O	A	O	O	A	K	E	L	E	I	I	N	I	
D	E	E	J	P	O	O	N	K	S	W	U	E	E	Z	
S	B	N	S	M	M	R	R	N	J	E	R	R	W	O	
B	R	A	B	L	E	U	E	E	A	O	K	P	U	E	
L	E	R	E	P	N	L	T	N	E	C	S	L	O	N	
O	G	C	M	M	A	E	D	S	N	H	I	A	R	T	
E	V	I	O	O	L	T	J	E	J	O	T	N	V	J	
M	P	S	I	E	R	W	I	N	D	E	Z	T	N	E	

OPLOSSING

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--