

L A T E R



ALLES VOOR EEN BETEKENISVOL AFSCHEID

NIEUW GELUK

**Het bijzondere verhaal
van Jan & Jos:**

'Het ontroert me dat ik een
tweede grote liefde heb gekregen'

DOODLEUK WERK

Yannis Roggeveen:

'Dankzij mijn baan weet ik wat
belangrijk is in het leven'

DIGITALE NALATENSCHAP

Sander van der Meer:

'We helpen om telefoons van
overledenen te ontgrendelen'

UITVAARTBEGELEIDER

Astrid ten Oever:

'Ik zie zo veel liefde'

INHOUD

- 2 Column van afscheidsadviseur Martine van den Berg
- 3 Media update: luisteren, lezen en kijken
- 4 Maak kennis met Yannis Roggeveen, teamleider op de begraafplaats
- 6 Uitvaartbegeleider Astrid ten Oever vertelt wat haar raakt in haar werk
- 9 PC Inspiratie
- 10 Jan en Jos vonden in elkaar hun tweede grote liefde: ‘Het ontroert me nog steeds’
- 14 Het Inheemse grafveld kreeg een waardevol nieuw leven
- 15 Hoe digi-bewust is uw nalatenschap?
- 18 Is het mogelijk om de uitvaart uit te stellen als er familie uit het buitenland moet komen?
- 18 PC Agenda: onze activiteiten dit najaar
- 19 Komt u ook? Lunchconcert met Willeke Alberti en een bijzondere theatervoorstelling
- 20 Puzzel & Win

UW MENING TELT

Ons magazine is vernieuwd en heet nu: Later. Waarom deze naam? Omdat we onderwerpen bespreken die in de toekomst van belang zijn, maar nu al uw aandacht verdienen. We zijn benieuwd wat u van het vernieuwde magazine vindt. Welk artikel leest u bijvoorbeeld als eerste? Heeft u een tip voor een onderwerp? Bewaart u het magazine om later nog dingen in op te zoeken? Laat het ons weten via redactie@pc.nl.

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

FOTO MARGRIET HOEKSTRA

MARTINE

De trap naar vroeger

“Op een regenachtige donderdagochtend liep ik drie steile trappen op naar een bovenwoning in hartje Amsterdam. Even bleef ik staan. Zogenaamd om naar buiten te kijken, maar eigenlijk om op adem te komen. Boven deed een vrouw met een zachte stem en vriendelijke lach de deur open. Haar huis ademde een andere tijd. Een groene keuken met gordijntjes die wapperden in de tocht, een kastje vol cassettebandjes en een fauteuil met een gehaakt kleedje. De vrouw vertelde dat ze al een aantal jaar weduwe was. Alleen, maar niet eenzaam, benadrukte ze. Wel voelde ze de verantwoordelijkheid om haar uitvaartwensen vast te leggen. ‘Waarschijnlijk moet een nichtje straks alles regelen,’ zei ze. ‘Lief hoor, maar ze kent me nauwelijks. Daarom wil ik dat alles duidelijk is.’ Ze wist goed wat ze wilde. ‘Geen zwarte kleding, het is geen sollicitatiegesprek.’ En muziek, graag zelfs. ‘Iets van vroeger, toen ik op dansles zat.’ Ze wilde begraven worden op Vredenhof, in het graf bij haar man. ‘Hij ligt daar al jaren. Dan hoor ik daar straks ook, vind je niet?’ Het werd een rustig gesprek, met ruimte voor stiltes. Hier zat iemand die niet bang was voor het einde, maar die het belangrijk vond dat alles klopte. Net als haar huis: niet groot, niet nieuw, maar helemaal van haar. Toen ik vertrok, stond ze bovenaan de trap te zwaaien. ‘Voorzichtig hoor!’ riep ze. Beneden dacht ik aan het leven dat nog zo aanwezig was in dat huisje op driehoog. En aan dat verre nichtje, dat straks misschien met een sleutelbos in haar hand boven staat en zich afvraagt waar ze moet beginnen. Hopelijk helpt dit gesprek haar dan op weg, omdat ze weet hoe haar tante het had gewild.”

Martine van den Berg is samen met Joyce van Lewe afscheidsadviseur bij PC Uitvaart. Wilt u ook uw afscheidswensen vastleggen? Dat kan kosteloos en vrijblijvend. Kijk op pc.nl/afschidsadviseurs

Martine van den Berg (43) woont samen met haar partner Isaias (49) en heeft twee zoons. Ze werkt veertien jaar bij PC Uitvaart, waarvan zes jaar als afscheidsadviseur. In deze column deelt Martine de verhalen van haar bijzondere werk.



MEDIA UPDATE

Luisteren, lezen en kijken: bijzondere verhalen over verlies en alles wat daarbij komt kijken.

PODCAST

Vriendschap met een houdbaarheidsdatum

Wanneer Marleen in verwachting is en haar goede vriendin Sarah ongeneeslijk ziek blijkt, krijgt hun vriendschap plots een houdbaarheidsdatum. In ‘Rouw op je dak’ praten ze met elkaar over leven en verlies, herinneringen maken en afscheid nemen. TE LUISTEREN VIA SPOTIFY EN ANDERE PODCASTKANALEN



JOEP VAN AERT



PODCAST

Eerlijk zeggen

In de openhartige podcast ‘Wat rouw je me nou?!’ delen vier jongeren hun persoonlijke ervaringen over rouw. Elk van hen verloor op jonge leeftijd een ouder. De gesprekken zijn soms luchtig, soms confronterend, maar altijd met een eerlijke dialoog over missen, doorgaan en herinneren. TE LUISTEREN VIA SPOTIFY EN ANDERE PODCASTKANALEN

DOCUMENTAIRE

Verder zonder moeder

Documentairemaker Liesbeth Rasker verloor op tienjarige leeftijd haar moeder. In ‘Vroeg verloren’ neemt ze de kijker mee in haar eigen rouwproces. Aan de hand van persoonlijke gesprekken en portretten van lotgenoten ontstaat een ontroerend verhaal. Langzaam worden de sporen zichtbaar die het verlies van een ouder op jonge leeftijd achterlaat. TE ZIEN VIA [NPDOC.NL](http://npodoc.nl)



EXTRA PODCAST-TIP:

Koffie & Cake-PC Uitvaart

Vanaf midden oktober kunt u luisteren naar onze eigen podcast ‘Koffie & Cake’ op Spotify. Hierin nemen wij u mee achter de schermen van PC Uitvaart. Verwacht persoonlijke verhalen van medewerkers, bijzondere momenten die zij meemaken, wat hen raakt én hun drijfveren in dit werk. TE LUISTEREN VIA SPOTIFY EN ANDERE KANALEN

BOEK

Rake woorden

Na het overlijden van haar moeder probeert Lianne van Sadelhoff grip te krijgen op haar verdriet, maar dit blijkt moeilijker dan gedacht. In ‘Je bent jong en je rouwt wat’ beschrijft ze hoe rouw écht voelt: verwarrend, confronterend en soms troostrijk. Geen stappenplan, wel een verhaal dat raakt en ruimte geeft aan alles wat er mag zijn. UITGEVERIJ DAS MAG € 22,99, OOK VERKRIJGBAAR ALS EBOOK



BOEK

Veerkracht

Evelien van Veen, journalist bij de Volkskrant, laat zien hoe rouw voelt én hoe mensen ondanks alles doorgaan. ‘Die ene die er niet meer is’ is een verzameling interviews die voelbaar maken dat er leven is na de dood, ook als dat leven nooit meer hetzelfde is. AMBOJANTHOS UITGEVERS € 23,99, OOK VERKRIJGBAAR ALS EBOOK

SERIE

Het leven omarmen

In de bekroonde serie ‘Over mijn lijk’ volgt presentator Tim Hofman jonge mensen die weten dat ze niet lang meer te leven hebben. Ze laten zien hoe ze afscheid nemen van het leven, maar ook hoe ze het volop blijven leven. Zelfs als het einde nabij is. TE ZIEN VIA [BNNVARA.NL/OVERMIJNLIJK](http://bnnvara.nl/overmijnlijk)

TEKST VIVA VAN LONDEN



Teamleider Yannis Roggeveen loopt elke ochtend naar zijn kantoor via het gebouw waar de overledenen worden binnengebracht. Hij had nooit gedacht werk te kunnen doen met zo veel diepgang.

Ik wilde meer in de natuur werken. Een begraafplaats is ook een groene, rustige omgeving en zo kwam ik op het idee. Misschien kon ik daar de rozen snoeien of de perken bijhouden? Ik had geen beeld bij wat het werk als teamleider op een begraafplaats inhoudt en hoe ik het zou vinden: werken met de dood. Inmiddels doe ik dit werk anderhalf jaar en is de dood dagelijks om me heen. Ik zie veel overledenen. Of ik praat met nabestaanden na de uitvaart nog even na in mijn kantoor. Ik ben veel in de natuur, maar rozen snoeien doe ik weinig."

'Als iemand zondagavond begraven wil worden, dan wijkt mijn privéleven'

Elke dag bloemen

"Ik had mijn oma dood gezien, de beste vriendin van mijn moeder en mijn neef, maar verder niemand. Voordat ik mijn contract ondertekende, wilde ik een dag meelopen en een uitvaart achter de schermen meemaken. Ik heb die dag met mijn collega een graf gesloten. Dan schep je zand tot het graf dicht is en leg je de bloemen erop. Ik vroeg haar: 'Doe je dit vaker?' Ze glimlachte: 'Elke dag.' Toen besepte ik: deze baan gaat veel meer over de dood en veel minder over de natuur onderhouden. Ik ben het een fantastische baan gaan vinden, juist omdat het zo goed past bij wie ik ben. Ik vind het fijn om mensen te ondersteunen en wat verlichting te geven tijdens een moeilijke dag of week."

Ons eigen ritueel

"In het begin schoot ik soms vol bij een fotocompilatie van iemands leven. Nu ik zo veel opa's, oma's, broers en zussen begraven heb, is er ook gewenning. En focus ik me op wat kan ik doen om de dag zo goed mogelijk te laten verlopen. Ik ga niet meer mee in iemands verhaal. Als ik dat wel doe, lig ik elke avond kapot op de bank. Sommige begrafenissen blijven je bij. Zoals van het jongetje dat zo oud was als mijn dochter. Of die man van mijn leeftijd die net bezig was om zijn eerste huis te kopen, net als ik. Het realistische besef: 99 van de 100 keer gaat het goed in het leven."

'Sommige begrafenissen blijven je bij. Zoals van het jongetje dat zo oud was als mijn dochter'

Maar één keer niet en dan komen ze bij mij. Zo'n onverwachte dood raakt mij het meest. Mijn vrouw en ik vertellen elkaar elke avond waar we dankbaar voor zijn. Door mijn baan is er een groter besef dat het niet vanzelfsprekend is dat we er allebei morgen nog zijn. Het is een mooi ritueel."

Daarom doe ik dit werk

"Op Westgaarde hebben we een Inheems veld gecreëerd voor mensen uit Suriname en de Cariben. Laatst hadden we op een zondag het eerste afscheid. Er waren Inheemse rituelen, een sjamaan in traditionele kleding, er was een traditionele muziekgroep en iedereen had rode en witte kleren aan. Een nabestaande zei: 'Het is voor mij een grote troost dat dit eindelijk in Nederland kan.' Vroeger werden Inheemse overledenen teruggevlogen naar Suri-

name. Het veld is ritueel ingewijd, het voldoet aan de waarden die zij hebben. Toen voelde ik: we hebben hier samen iets moois neergezet, daar doe ik het voor. Als je in de uitvaartbranche werkt, verkoop je liever geen nee. Dus als iemand zondagavond begraven wil worden, dan wijkt mijn privéleven. Aan de andere kant zorgt dit werk er ook voor dat ik besef hoe belangrijk het is om niet alleen maar met je werk bezig zijn. Ik heb nog nooit een zoon tijdens een afscheidsspeech horen zeggen: 'Onze vader heeft zo goed gewerkt.' Wel: 'Mijn vader was er altijd en hij deed dingen met ons.' Mijn baan zorgt ervoor dat ik niet lang hoeft na te denken over de belangrijke dingen in het leven, die hoor ik elke dag. In mijn geval: een weekend in de tuin spelen met mijn dochter. Ik wil geen bucketlist afwerken, juist niet, vooral genieten van het moment." ●

WIE Yannis Roggeveen (32)

IS Teamleider Begraafplaats Westgaarde & Vredenhof
WERKZAAMHEDEN "Ik zorg ervoor dat alles blijft draaien, zowel op de begraafplaats als tijdens begrafenissen. Ik ondersteun en leid collega's op. Ook ontwikkel ik de toekomstvisie voor de begraafplaatsen, zoals het verhogen van de biodiversiteit en het creëren van een mooie plek in de natuur waar je naartoe kunt als je rust zoekt."

'Dankzij mijn baan weet ik wat belangrijk is in het leven'

'Ik zie in mijn werk als uitvaartbegeleider zo veel liefde'

Op 1 september werkte Astrid ten Oever twintig jaar als uitvaartbegeleider bij PC Uitvaart. 'Nog steeds vind ik het een ongelooflijk mooi vak, dat ik met veel liefde uitvoer.' En precies die liefde, van geliefden, ouders of grootouders, raakt haar in haar werk het meest.

Engels geven op een middelbare school, werken bij het COA om asielzoekers te begeleiden: plezier in haar werk had ze zeker. Toch dacht Astrid bij elke baan: niet voor de rest van mijn leven. Toen ze een advertentie zag voor uitvaart-

begeleider, trok dat meteen haar aandacht. Het organiseren, er zijn voor anderen, spreken voor groepen. Haar moeder werkte vroeger als gastvrouw bij een uitvaartcentrum en ze vertelde altijd hoe fijn dat was. "Mijn vader was de eerste en enige overledene die ik had

meegemaakt en een paar jaar later ging ik dit werk doen. Maar de advertentie sprak me aan en ik wilde dit gaan proberen."

Intensief contact

Een overledene aanraken, meekijken met hoe het lichaam de laatste zorg krijgt,



INTERVIEW

het sluiten van de ogen... Tijdens het opleidingstraject wist Astrid: dit werk wil ik doen. Maar spannend waren die eerste keren ook. "Hoewel het normaliseert, went het zien van iemand in een kist of een overledene thuis nooit. Ook na twintig jaar niet. Het blijft onwerkelijk dat het lichaam er nog is, maar de ziel is vertrokken."

Een goed afscheid gunt ze iedereen en daar probeert ze zo goed mogelijk bij te helpen. "Dan heb ik een idee voor de rouwkaart of het afscheid of ik stel vragen waar de nabestaanden zelf niet over nagedacht hebben. Ik doe suggesties, bijvoorbeeld dat nabestaanden meehelpen met de laatste zorg van de dierbare. Vaak hoor ik later terug dat dat enorm helpt bij het rouwproces.

Ik ben ook een luisterend oor. Zoals laatst toen iemands vader plots was overleden. Ze zouden samen naar de andere kant van het land verhuizen, en vader zou daar de begeleiding van het nieuw te bouwen huis gaan doen. Ineens was hij er niet meer. Het contact dat ik in de dagen tot de uitvaart had met de nabestaanden, vonden ze heel waardevol.

'Een telefoontje na de uitvaart om te horen hoe mensen erop terugkijken, is zo belangrijk'

Een telefoontje om te vragen hoe het gaat na de uitvaart om te horen hoe ze erop terugkijken, is zo belangrijk. Ik loop tijdens een verdrietige en intensieve periode een stukje in iemands leven mee. Maar het is niet mijn vader, opa of oma, ik heb geen band met de overledene. Dat helpt om emotioneel afstand te houden.'

zei iemand van 90 op een uitvaart: 'Ik krijg alleen maar kaarten in de bus, ik raak iedereen kwijt.' Dat vind ik het verdrietige van ouderdom en de dood." Toen Astrid in 2014 samen met haar collega's de Australische ambassade hielp om slachtoffers van het neergestorte vliegtuig MH17 terug naar huis te krijgen,

'Ik ben een mens van de dag geworden. Het kán zo voorbij zijn'

Dat kwam binnen

Voor de verhalen waar veel liefde in zit, raken haar het meest. "Ik zie zo veel liefde, zo mooi. Van de partners, de kinderen of opa en oma. Stellen die jaren samen waren, bij wie het liefde op het eerste gezicht was en van wie er een nu overleden is, komen extra binnen. Hoe ga je alleen verder? Ook al zijn er lieve kinderen, je komt toch thuis in een leeg huis. Nu ik ouder word, kan mij dat best wel raken. Laatst

maakte dat diepe indruk op haar. "In veertien auto's reden we de overledenen naar Eindhoven Airport. Ik zat in de laatste auto. De nabestaanden zaten klaar op stoelen op de ladingsbaan, de overledenen werden door de dragers het vliegtuig in getild, er waren mooie rituelen. Op dat moment ben ik vooral bezig met wat er moet gebeuren, maar jeetje, dat kwam enorm binnen. Toen het vliegtuig de lucht in ging, dacht ik met een brok in mijn keel: daar gaan ze, terug naar huis." De gesprekken die ze daarna met collega's had, helpen enorm. 's Avonds zat ze bij haar eigen familie extra te genieten aan de keukentafel. "Ik heb ze allemaal wat steviger vastgepakt." Al die ervaringen zorgen ervoor dat Astrid anders naar het leven is gaan kijken. "Ik ben een mens van de dag geworden. 'Ik kan morgen onder de tram komen,' hoor ik iemand soms gekscherend zeggen. Dat besef heb ik wat meer, het kán zo voorbij zijn. Ik geniet enorm van mijn leven. Pluk de dag, pluk het moment." ●



INSPIRATIE

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



Altaartjes vol liefde

Tamara Vrieswijk maakt altaartjes voor bijzondere gelegenheden. Het verlies van een kind, het herdenken van een dierbare, maar ook het vieren van een geboorte, zwangerschap, huwelijk of jubileum. Elk altaartje is uniek en wordt met de hand gemaakt, passend bij de gelegenheid. Tamara deed ervaring op met kleien als creatieve werkvorm tijdens haar baan als kinder- en jeugdtherapeut. Tamara: 'Symbolen en rituelen hebben altijd een rode draad in mijn werk gehad. Dat ik altaartjes mag maken die mensen steun bieden, vind ik zo ontzettend mooi.'

INSTAGRAM.COM/ATELIEREILANDKIND



Stof tot herinneren

Mix Up Art is het bedrijf van beeldend kunstenaar Lisette Hogewoning. Zij beheerst meerdere technieken, onder meer tekenen, schilderen en papieren collages maken. Lisette richt zich niet specifiek op herdenkingskunst, maar merkt dat hier veel vraag naar is. Sinds kort maakt ze ook collageportretten van spijkerstof. Indien gewenst kunnen hierin stukken spijkerbroek van de overledene en/of familieleden verwerkt worden. Zo ontstaat een modern portret met een vleugje nostalgie. Lisette beschildert ook kisten met een afbeelding of boodschap die is afgestemd op de overledene. [MIXUPART.NL](https://mixupart.nl)



Altijd dichtbij

Natuur is een stijlvolle houten urn die met zijn kleine formaat (7,5 centimeter doorsnee) uitnodigt om vast te pakken. Door de vorm en het materiaal voelt hij warm aan. Bovendien past het minimalistische ontwerp in elk interieur. Natuur is bedacht en gemaakt door de broers Johnny en Robert Spies. Eerder maakten zij al het houten Gedenkhorloge, waarbij een kleine hoeveelheid as van de overledene in de wijzerplaat verwerkt wordt. De urnen zijn verkrijgbaar in walnoot, eiken en sandal. [NATURN.EU](https://naturn.eu)

TEKST ERICA DE GRAAF

Jan en Jos vonden in elkaar hun tweede grote liefde

Naast museumgids
Jan ter Heide (67)
stond ooit Bram.
En aan de zijde van
dichter Jos van Hest (79)
was daar Henk.
Na het verlies van
hun partners vonden de
mannen de liefde bij elkaar.
Hun verhaal begint met
een poëziebundeltje,
en leest als een boek.
Eentje waarin
alle echtgenoten een
bijzondere rol spelen.

Het gedicht 'Liedje' is herkenbaar voor iedereen die doorleeft als een partner is overleden. Voor iedereen die op een dag de zon door de bomen ziet schijnen en z'n hart voelt opwippen. Liefde, ineens is het er weer. In je lijf. In je leven. Jos: "Het gaat ook over mijn man Henk, die begraven ligt in de grond waar ik overheen liep. Dat trof mij in de tijd. Ik ging vaak naar zijn graf toe. We waren 27 jaar samen en toen moest ik doorleven, zonder hem. Zijn dood was zo'n enorme klap. Desalniettemin leef je door. Omdat je moet. Verdriet kan in de loop der tijd een beetje slijten. De pijn blijft je bij. Ook als je iemand anders ontmoet."

Kortstondige romance

Jos rouwt twaalf jaar om Henks dood als hij via LinkedIn een bericht krijgt van ene Jan. Jans echtgenoot Bram heeft acht maanden daarvoor euthanasie gekregen en Jan heeft een boekje dat hij graag aan Jos wil geven. Want, in een leven lang daarvoor, ver voor Jan, hadden Bram en Jos een romance van twee dagen.

Jan: "Rouw is voor iedereen anders. Bram was ouder dan ik en hij werd ziek. Hij heeft een lang ziekteproces gehad, met ups en downs. Tijdens een van onze vele gesprekken zei hij: 'Als er een leuke man komt, al is het na drie weken: geen schuldgevoel. En geen moraal dat je eerst zes maanden of drie jaar moet rouwen.'"

Vrienden staan in die tijd klaar en goede buurtzorg is er altijd. Engelen noemt Jan ze. "We hebben goed afscheid genomen. Hij is rustig weggegaan. Ik heb altijd gedacht dat ik nooit meer zou kunnen lachen daarna. Maar ik lachte al toen we hem in de kist legden. Hij lag er een beetje scheef in en iemand zei: 'Hij was altijd al een beetje dwars.'"

In de aarde ligt mijn lief
op de aarde loop ik zonder

doden kennen geen verdriet
daarom neurie ik dit lied

over schaamte, over schuld
over leven dat toch mooi is

al het gras kan niet verbloemen
vreugde die weer in me huist

in de aarde zwijgt mijn lief
op de aarde zing ik zonder.

'Liedje', Jos van Hest

INTERVIEW

Rode tulpen in de trein

Dagen, weken, maanden daarna: opstaan, ontbijten, het leven langzaam oppakken. De stilte klinkt harder in het weekend. Op een dag staat Jan voor de boekenkast en ineens herinnert hij zich dat bundeltje: 'Gewone Piet & Andere Piet', van Fritzi Harmsen van Beek. Het boekje dat Bram vele jaren daarvoor van Jos, de dichter uit Amsterdam, had gekregen. Op de eerste bladzijde had Jos hun namen en de data van de ontmoeting opgeschreven. Hij had Bram geleerd over poëzie.

Voordat het boekje ooit ergens op een rommelmarkt belandt, wil Jan het teruggeven aan Jos, die hij nog nooit ontmoet heeft. Henk, de man van Jos, is op dat moment al twaalf jaar overleden. Jos: "Ik vond zijn dood ontzettend oneerlijk, maar zijn longen wilden niet meer. Ik voelde me alleen, het gemis was groot. Lang heb ik gedacht: het komt nooit meer goed."

Als het pakketje van Jan bij hem thuis arriveert, bekijkt hij het boekje, maar doet het gauw weer dicht. Zijn hoofd staat er niet naar. De mannen spreken elkaar over de telefoon, van weduwnaar tot weduwnaar, af en toe is er een mailtje. Dan maakt Jos een lijstje van de dingen die hij nog wil doen in 2013, beloftes die hij wil nakomen. "Heerlijk om iets daarvan vervolgens weer door te kunnen strepen."

'Jan – Deventer' staat er op de lijst. Hij stuurt Jan een mail dat hij langs wil komen in Deventer. Om te praten, het graf van Bram te bezoeken, wat te eten en dan weer terug naar huis. Met een enorme bos rode tulpen stapt hij later die maand de trein in. Gedachten ratelen door zijn hoofd als hij oostwaarts boemelt. Wat als het een leuke man is? Dan weet ik niet wat ik moet doen. En al dat verdriet en gedoe dan? Misschien vindt hij mij niet leuk? Hij spreekt met zichzelf af: ik neem de laatste, of nog liever, de voorlaatste trein terug.



Jan (links): "Soms zeggen mensen dat Bram Jos naar mij gestuurd heeft. Hij heeft zeker een grote rol gespeeld."

Angst voor verlies

Een grote man stapt uit de trein. Jan is meteen ontroerd door de bos tulpen in zijn armen. Bij Jan thuis drinken ze koffie, praten ze als vanzelf en rollen tranen al na tien minuten over hun wangen. Ze bezoeken het graf van Bram en als Jan die avond in de risotto staat te roeren, zegt Jos ineens, zonder dat hij wist dat hij het zou zeggen: "Ik moet de laatste trein halen, maar ik wil hier ook wel blijven." Jans gedachten dansen, in de war. Hij denkt aan wat Bram tegen hem had gezegd, over dat het leven om liefde draait.

Jan:

'Bram zei: als er een leuke man komt, al is het na drie weken: **geen schuldgevoel**'

Jos:

'Het verlies van Henk heeft me misschien wel meer mens gemaakt. **In die zin is verlies ook winst**'



Gedichten over de dood

Jos van Hest maakte samen met zijn echtgenoot Jan ter Heide en Mia Goes het boek 'Dood gewoon gaan hemelen'. Een bloemlezing met gedichten voor als het leven kantelt. Voor nabestaanden om te gebruiken in de aula, op het kerkhof, de begraafplaats, bij de kist of tijdens het afscheid. Over het moment dat je net gehoord hebt dat iemand ongeneeslijk ziek is of op het punt staat om te sterven. Het is voor € 30 te bestellen via plint.nl.

Misschien is dit wel die leuke man. "Natuurlijk blijf je hier," rolt uit zijn mond. En meteen daarna: "En nu wil ik een zoen." Jan: "Het ontroert me nog. Het besef dat ik een tweede grote liefde heb gekregen. Iemand die mij op alle vlakken kan raken. Dat de liefde me weer zo kan overspoelen."

Zo groot als het voelt, er is ook meteen die angst voor verlies, de jaren van rouw die zijn sporen naliet. Ze praten erover, en na twee dagen samenzijn vraagt Jan aan Jos: wat hebben we nu eigenlijk? Jos antwoordt: "Ik zal straks tegen mijn vrienden zeggen dat ik kennis heb aan een nieuwe man."

Jaren later volgt een aanzoek van Jos in Zuid-Frankrijk. Kerkels op een warme zomeravond, sterren knallen in de zwarte lucht. Ja, ik wil! Een groot feest, alle vrienden zijn samen en er is liefde, veel liefde. Boven, in hun slaapkamer in Amsterdam, ligt 'Gewone Piet & Andere Piet', waarin nu ook de datum en de namen van Jan en Jos zijn bijgeschreven. Jan denkt wel eens na over wat Bram erover gezegd zou hebben. "Iets van: 'Zie je wel. Jos is een hele leuke jongen. Ik vond hem toen ook al leuk."

Fantastisch dat je met hem bent.' Soms zeggen mensen dat Bram Jos naar mij gestuurd heeft of andersom, maar dat weet ik niet. Hij heeft zeker een grote rol gespeeld."

Lichtheid

Het gedicht 'Liedje' gaat ook over lichtheid. De vreugde die je weer kunt voelen als je een ander vindt. Naast het gevoel van schuld, dat Jos ook heeft. "Het voelt oneerlijk dat ik mag doorleven, terwijl Henk dat ook gewild had. Dat zijn leven is opgehouden, is een verdrietige en absoluut slechte kant van het leven." Tegelijkertijd is verlies ook winst, vindt hij. "Het verlies heeft me gevormd tot wie ik nu ben. Het heeft me misschien wel meer mens gemaakt. In die zin is verlies ook winst." Net als dat het gras niet meer kan verbloemen dat er weer vreugde in beide mannen huist. ●



INTERVIEW

'Eindelijk hebben we een eigen plek'

Kimberly Del Prado, algemeen medewerker bij PC Uitvaart, gaf op Herdenkingspark Westgaarde het Inheemse grafveld een nieuw leven. Het is de eerste gewijde en gezegende laatste rustplaats voor Inheemsen in Europa.

Waarom is dit veld zo belangrijk?

"Toen ik tweeënhalf jaar geleden bij PC Uitvaart kwam werken, merkte ik dat er weinig met het Inheemse veld gebeurde. Dat vond ik zonde. Ik ben Surinaams en heb een mix van culturen in me, waaronder de Inheemse Arawakken. Ik zit bij de

'We hebben het veld gemaakt zoals Inheemse dorpen eruitzien: cirkelvormig'

Inheemse vereniging Manari die zich inzet voor behoud van de Inheemse cultuur en wist dat er behoefte was aan een plek voor eigen rituelen. Het veld wás er al, het had alleen liefde en aandacht nodig."

Hoe ziet de plek eruit?

"We wilden een thuis creëren en

hebben het veld gemaakt zoals Inheemse dorpen eruitzien: cirkelvormig. De cirkel staat voor verbinding en oneindigheid, het houdt ons bij elkaar. Belangrijk, want Inheemsen, de oorspronkelijke bewoners van onder andere Noord- en Zuid-Amerika, zijn overal weggedreven. Daarnaast ligt er wit zand, net als in onze dorpen. Ook is er een buitenaula met een schaduwdoek, de palen zijn rood geverfd en beschilderd met tekens. Rood is een kleur die ons kracht geeft. Een van de tekens is het bot, geïnspireerd op onze voorouders die voor ons hebben gestreden."

Op welke manieren kunnen mensen hier afscheid nemen?

"Het is het enige veld waar alles mag: begraven, urn begraven en uitstrooien. Er zijn diverse rituelen mogelijk. Sowieso is er een rituele verzorging, waarbij de overledene wordt gewassen. Dit zorgt ervoor dat de overledene zijn of haar

voorouders rein tegemoet kan treden en voorkomt dat de ziel blijft rondspoken bij de nabestaanden. In onze dorpen is het gebruikelijk dat als er iemand is overleden de vrouwen een Karawasi schudden - een rieten mandje met pitjes erin dat staat voor wedergeboorte - en klaagliederen zingen. Zo'n lied vertelt het levensverhaal van de overledene en zo weten ook aangrenzende dorpen wie er overleden is. Ook wordt de Sambura bespeeld, een soort heilige drum. Wat ook kan, en bekender is in Nederland, zijn de Surinaamse dragers die de kist dansend naar het graf brengen."

Hoe reageert de gemeenschap?

"Heel positief. We hebben eindelijk een eigen plek. Het voelt voor veel Inheemsen als thuiskomen, omdat het niet altijd haalbaar is om bijvoorbeeld in Suriname of Amerika begraven te worden. We hebben een stukje van onszelf terug en dat maakt ons trots." •

TEKST JESSICA VAN ZANTEN FOTO'S MARGRIET HOEKSTRA



INTERVIEW

Hoe digi-bewust is uw nalatenschap?



Uit recent onderzoek blijkt dat Nederlanders niet of nauwelijks nadenken over hun online erfenis. En dat terwijl het regelen van de digitale nalatenschap zowel praktisch als emotioneel erg belangrijk is voor nabestaanden. Maggie Boode, nazorgadviseur bij PC Uitvaart, en Sander van der Meer, oprichter van Digital Life Legacy, leggen uit waarom.



'Toen haar digitale afscheidsbrief werd gevonden, was dat een emotioneel moment voor de familie'

bijvoorbeeld een ton aan crypto hebt. Dan moeten nabestaanden er heel veel belasting over betalen, terwijl ze niet bij het geld kunnen komen."

Sander, welke ervaring is je het meest bijgebleven?

"We werden benaderd door de familie van Dianne die plotseling jong uit het leven was gestapt. Haar ouders en zussen zaten vol vragen, vooral toen ze erachter kwamen dat Dianne een dubbelleven leidde en schijnstudent was. Wij hebben haar laptop en telefoon toegankelijk kunnen maken en er is ook een afscheidsbrief gevonden. Dat was een emotioneel moment voor de familie. Van de zoektocht is de documentaire 'Schijnstudent' gemaakt die ook inzending was voor het Nederlands Filmfestival 2022 en terug te zien is op npodoc.nl. Helaas hebben we in Nederland veel met zelfdoding te maken. Dan ga je als nabestaanden op zoek naar antwoorden. Vroeger was er misschien een fysieke afscheidsbrief of een dagboek, tegenwoordig is dat niet meer vanzelfsprekend. Dan is het mooi dat wij families soms kunnen helpen bij het vinden van antwoorden."

Maggie, wat zie je als mensen hun digitale nalatenschap wel goed geregeld hebben?

"Er is zoveel meer rust bij nabestaanden als alles op papier staat. Als duidelijk is wat de uitvaartwensen zijn, zowel online als offline. Dan is er ruimte om bezig te zijn met zaken die er echt toe doen en er is veel meer ruimte voor verdriet. Het geeft trouwens niet alleen de nabestaanden, maar ook de mensen die gaan overlijden rust als ze het goed geregeld hebben en hun familie niet opzadelen met een hoop stress. Het is dus een win-winsituatie voor beiden." ●

Checklist Digitale Nalatenschap

Wilt u zeker weten dat uw digitale nalatenschap goed geregeld is? Download de checklist van PC Uitvaart: pc.nl/checklist

Eerste Hulp bij Digitaal Overlijden

Kijk op digitallifelegacy.nl voor verschillende platforms en apps die het mogelijk maken om de wensen op het gebied van uw digitale nalatenschap vast te leggen.

Kom langs voor meer informatie

Tijdens een inspiratiedag van PC Uitvaart in Crematorium Haarlemmermeer op zondag 25 januari 2026 geeft Sander van der Meer (Digital Life Legacy) twee presentaties. Ook is er die dag alle gelegenheid om hem vragen te stellen over de digitale nalatenschap.

Op welke manier hebben jullie te maken met digitale nalatenschap?

Maggie: "Als nazorgadviseur ondersteun, adviseer en informeer ik nabestaanden in de periode na de uitvaart. Ze kunnen een beroep op mij doen als ze vragen hebben over het afwickelen van een nalatenschap. Denk aan vragen als: moet ik naar de notaris, wat moet ik snel doen, wat kan wachten, waar moet ik überhaupt beginnen? Als mensen een telefoon of een laptop van een overledene willen ontgrendelen, verwijs ik ze door naar Sander."

Sander: "Mijn achtergrond ligt bij de politie, de afdeling forensische opsporing. We kregen veel verzoeken om de telefoons van overledenen te ontgrendelen en dat mag de politie niet zomaar doen. Van daaruit is het idee voor Digital Life Legacy ontstaan, waarbij we nabestaanden helpen bij het beschikbaar maken van data op telefoons, computers en social media. Inmiddels zijn we hét kennis- en expertisecentrum voor de digitale nalatenschap geworden in Nederland. Wij komen in contact met nabestaanden door onder andere samen te werken met PC Uitvaart."

Sander, kun je meer vertellen over de aanvragen die jullie krijgen?

"We krijgen tussen de dertig en vijftig aanvragen per week om een telefoon of computer te ontgrendelen. Vaak is het om de contacten van de overledene beschikbaar te maken, want de meeste mensen hebben geen adresboekje meer. Ook willen mensen graag foto's en video's om te laten zien tijdens de uitvaart of als herinnering. Daarna

moeten nabestaanden veel zaken regelen, zoals het afsluiten van social media, mail, bankzaken etc; dat staat allemaal op die telefoon. Steeds meer mensen gebruiken nu tweestapsverificatie als extra beveiliging, maar daar heb je dus wel een ontgrendelde telefoon voor nodig. Waar wij overigens altijd vooraf voor waarschuwen, is dat wij toegang kunnen geven tot de data, maar dat daar ook iets tussen kan zitten wat je niet wilt zien. Dat is iets wat nabestaanden in hun achterhoofd moeten houden."

Is het daarom zo belangrijk om vooraf over je digitale nalatenschap na te denken?

Maggie: "Als overledene vervalt je recht op privacy, dus rechtmatige erfgenamen mogen in jouw telefoon of

'Als duidelijk op papier staat wat de uitvaartwensen zijn, online én offline, is er veel meer rust bij nabestaanden'

laptop. Tenzij je het duidelijk hebt vastgelegd. Dus denk niet alleen na over je wensen, maar schrijf ze ook op. Ik neem altijd een map mee als ik op wensgesprek ga. Daarin kunnen mensen onder andere opschrijven welke socialmediakanalen ze hebben en wat hun wensen zijn. Stel, ik kom te overlijden, dan zou ik niet willen dat mensen mijn telefoon openen. Niet omdat ik iets te verbergen heb, maar omdat ik meer ben van de levende herinnering. Dus denk erover na: wat wil ik als ik er straks niet meer ben? Wil ik een herinneringspagina op mijn social media of niet? Met wie ga ik die informatie delen?"

Zien jullie verschil tussen jongere en oudere generaties in hoe zij hun digitale nalatenschap hebben geregeld?

Maggie: "Ja, 70-plussers delen meestal hun wachtwoord nog wel met hun partner. Maar de jongere generatie is jarenlang gewaarschuwd met campagnes over digitaal veiligheid en zij delen hun wachtwoord niet zo snel. Daarnaast doen jongeren alles op hun telefoon, van bankieren tot social media. Terwijl de oudere generatie ook nog wel via hun computer bankzaken regelt of op Facebook zit." Sander: "Ook bewaart de jeugd alles in de cloud: van foto's tot TikTok-filmpjes. Daar kom je als ouder niet zo makkelijk bij en dat kan een probleem zijn. Inmiddels hebben 2,4 miljoen Nederlanders crypto. Als je jouw wachtwoorden met niemand deelt, wordt het heel ingewikkeld om daarbij te komen. Terwijl de Belastingdienst wel weet dat je



DURF TE VRAGEN

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

'Mijn familie moet overkomen uit Australië. Kunnen we de uitvaart uitstellen - en zo ja, hoe lang?'

Petra (65)

Jazeker, dat kan. In de Wet op de Lijkbezorging is vastgelegd dat een overledene tussen de 36 uur en 6 werkdagen na overlijden begraven of gecremeerd moet worden. Maar dat kan in dit geval inderdaad krap worden. Gelukkig is het mogelijk om uitstel van de uitvaart aan te vragen. Uitstel wordt vaak verleend als er sprake is van bijzondere omstandigheden. Het wachten op familieleden uit het buitenland is zo'n bijzondere omstandigheid. De aanvraag voor uitstel gebeurt via de gemeente waarin het overlijden heeft plaatsgevonden. Deze aanvraag wordt idealiter tegelijk met de overlijdensaangifte ingediend, maar dit kan ook afzonderlijk worden geregeld. Het is gebruikelijk dat de uitvaartbegeleider de aanvraag regelt in overleg met de familie, maar nabestaanden kunnen het ook zelf doen. Een schriftelijk verzoek, ondersteund door een verklaring van een arts dat er geen bezwaar is op medische of hygiënische gronden, is meestal vereist. De burgermeester (of een gemachtigde) kan toestemming geven voor uitstel. Er is geen wettelijk maximum vastgelegd voor het uitstel, maar het moet natuurlijk wel medisch verantwoord zijn. In de praktijk komt het uitstel neer op enkele dagen tot een week. Bij uitstel van meer dan twee weken kan gebruik worden gemaakt van gekoelde bewaring of lichte balseming. Dit gebeurt alleen in uitzonderlijke gevallen en hier is vaak extra toestemming voor nodig.

Ruimte voor rouw

De uitvaartbegeleiders van PC Uitvaart kennen de procedures rond het uitvragen van uitstel. Ze weten precies welke documenten er nodig zijn, waar die ingediend moeten worden en zorgen dat alles op de juiste manier gebeurt. Omdat er al veel op u afkomt in deze emotionele periode, is het fijn om (ook) dit regelwerk uit handen te geven. Zo ontstaat er meer rust en krijgen rouw en verdriet alle ruimte. ●

PC AGENDA

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

DOORLOPENDE ACTIVITEITEN

Diverse locaties

Inloopspreekuur en/of rondleiding

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

Herdenkingspark Westgaarde

Rouwcafé door Humanitas

Vindt één keer per maand plaats.

Actuele data en tijden op pc.nl/agenda

OVERIGE ACTIVITEITEN

Heropening Crematorium

Westgaarde na renovatie

Open dag • Binnenkort gaat het verbouwde Crematorium Westgaarde weer volledig open. Nieuwsgierig? Neem een kijkje tijdens de open dag. Actuele informatie vindt u vanaf begin oktober op westgaarde.nl/opendag.

Crematorium Alphen aan den Rijn

27 september 11.00–15.00 uur

Uitvaartbraderie • Kom op een laagdrempelige manier kennismaken met alles rondom afscheid. Meer informatie op crematoriumalphenaanandenrijn.nl/uitvaartbraderie.

Crematorium Zaanstad

5 oktober 10.00–13.30 uur

Theatervoorstelling 'Voor als je dood gaat' • Zie ook de volgende pagina.

29 november vanaf 18.00 uur

Lichtjesavond • Ook dit jaar organiseert PC Uitvaart Lichtjesavond; een avond die in het teken staat van herdenken. Het programma en de locaties staan vanaf half oktober op pc.nl/lichtjesavond.

Herdenkingspark Westgaarde

14 december 13.00–16.00 uur

Winters lunchconcert met Willeke Alberti • Zie ook de volgende pagina.



ZONDAG 5 OKTOBER 2025

Theatervoorstelling 'Voor als je dood gaat'

Soms komt de dood onverwacht, soms zie je hem van ver aankomen. Maar afscheid nemen blijft indrukwekkend. Wat geeft dan houvast? De theatervoorstelling 'Voor als je dood gaat' van Hanna Timmers, Gerbrand Bos en het Nieuw Utrechts Toneel onderzoekt dit op luchtige en ontroerende wijze. Een toegankelijke voorstelling met bijzondere verhalen van verdriet, verlies én veerkracht. Geschikt voor iedereen vanaf 8 jaar.

10.00–11.00 uur: ontvangst in de Witte Patio met koffie/thee en iets lekkers

11.00–12.00 uur: theatervoorstelling in de Witte Patio

12.00–13.30 uur: lunch

Komt u ook?

De voorstelling vindt plaats in Crematorium en Uitvaartcentrum Zaanstad, Wibautstraat 282 in Zaanstad. Deelname is gratis.

U kunt zich aanmelden* vanaf **20 september 19.00 uur** via afscheidsboetiek.nl/activiteiten

AfscheidsBoetiek afscheidsboetiek



**AFSCHEIDS
BOETIEK**

WEEK TEGEN EENZAAMHEID

Op woensdag 1 oktober tussen 10.00 en 14.00 uur bent u van harte welkom bij het Ontmoetingsbankje op Herdenkingspark Westgaarde voor gratis koffie of thee met iets lekkers. Soms is een eenvoudig gesprek het begin van een waardevolle verbinding.



ZONDAG 14 DECEMBER 2025

Lunchconcert met Willeke Alberti

Willeke Alberti is al vele decennia een van de meest geliefde en veelzijdige artiesten van ons land. Met haar warme stem en aanstekelijke charme weet ze altijd de juiste sfeer te creëren. Klassiekers als 'Telkens weer', 'Samen zijn' en 'Spiegelbeeld' worden door meerdere generaties gekoesterd en meegezongen. Tijdens dit optreden neemt ze het publiek mee op een muzikale reis die niemand onberoerd zal laten.

Programma

13.00–14.00 uur: ontvangst met lunch

14.00–15.00 uur: concert

15.00–16.00 uur: afsluiting

Komt u ook?

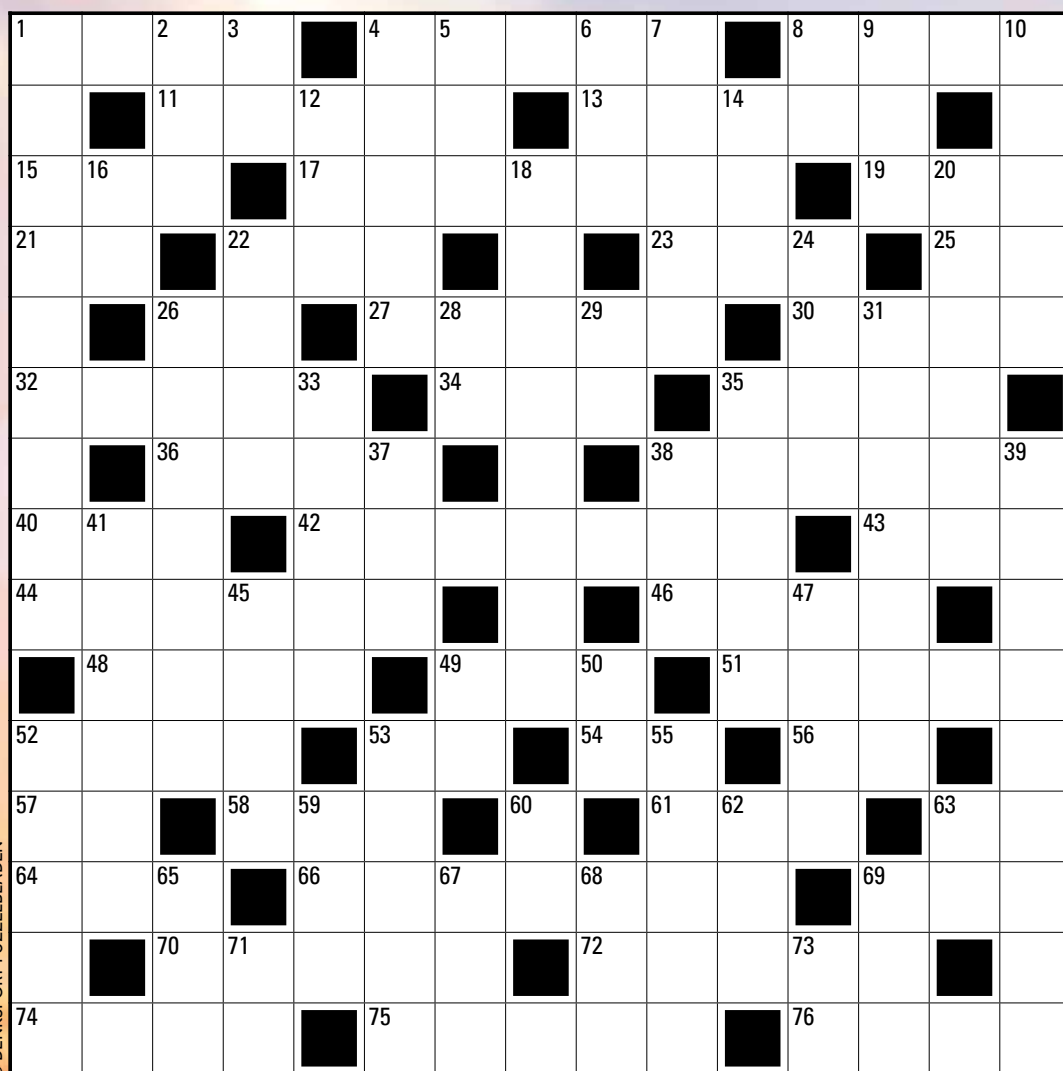
Het concert vindt plaats op Herdenkingspark Westgaarde, Ookmeerweg 275 in Amsterdam. Deelname is gratis. U kunt zich aanmelden*

vanaf **22 november 19.00 uur** via afscheidsboetiek.nl/activiteiten

*Voor beide activiteiten geldt maximaal 2 tickets per persoon



PUZZEL & WIN



© DENKSPORT PUZZELBLADEN

KRUISWOORDPUZZEL

OPLOSSING

53	19	50	41	30	2	64
----	----	----	----	----	---	----

Breng de letters over naar de gelijkgenummerde vakjes van de oplossingsbalk.

Gevonden? Vul de oplossing voor 10 oktober 2025 in op pc.nl/puzzel en maak kans op één van de **8 Beurer TB 30 elektrische tandenborstels** ter waarde van € 39,-



beurer
health and well-being

Horizontaal

1 gereedschap **4** verbouwer **8** treffend II paardenvoer **13** muijer **15** specerij **17** portie uit een nalatenschap **19** zangnoot **21** reeds **22** sportartikel **23** visie **25** ondersteek **26** bolgewas **27** leemte **30** stem-ming **32** kinderdoek **34** voormalige Baskische beweging **35** plezier **36** pas **38** hevig **40** vis **42** het informeren naar iets **43** oceaan **44** met de grond gelijk maken **46** loopvogel **48** jonge tak **49** bezittelijk voornaam-woord **51** schat **52** vlinderlarve **53** lekkernij **54** computer **56** plus **57** paardenslee **58** kunstwerk **61** uitgestrektheid **63** meer dan goed is **64** vervalst **66** bedrijvig rondlopen **69** richtingwijzer **70** cowboyfeest **72** Griekse letter **74** paardenvoet **75** kledingmaat **76** vette vloeistof.

Verticaal

1 plastic geld **2** eenheid van weerstand **3** dwarsmast **4** retour **5** boerenplaats **6** roem **7** rij **8** opnieuw (in samenstellingen) **9** wanneer **10** verticaal tekstdeel **12** bezit van een boer **14** opgewekt **16** iel **18** bouwwerk in Utrecht **20** mening **22** spleet **24** plakkend **26** monding van een rivier **28** water in Friesland **29** ezelsgeluid **31** in de verte kijken **33** zure appel **35** gekrijs **37** vervolgens **38** deel van een schoen **39** deel van de mond **41** houding **45** manier van doen **47** deel van een molen **49** trekdier **50** politieke partij **52** Amerikaanse veeboerderij **53** Neder-landse rivier **55** zelf **59** poos **60** lidwoord **62** onbepaald voornaamwoord **63** eb of vloed **65** pluspunt **67** grote wurgslang **68** zeevis **69** on-wrikbaar **71** voegwoord **73** Japans bordspel.