

## Handreiking voor uitvaart en herdenking op afstand

Samen verdriet, troost en herinneringen delen is heel belangrijk bij het afscheid nemen van een dierbare. Dit geldt zeker voor mensen met een verstandelijke beperking. Een uitvaart of herdenking in corona tijd vraagt om aanpassing. Pastores, geestelijk verzorgers en uitvaartondernemers bedenken ontroerende rituelen.

Hier volgen suggesties om mensen met een verstandelijke beperking te betrekken bij een uitvaart of herdenking op afstand. Als bijlage zijn twee vormen van herdenking toegevoegd, deze kunnen naar wens aangepast worden.

### Bij vertrek van de overledene vanuit de woonlocatie

- Het branden van een kaars binnen of bij de voordeur.
- Het uitzwaaien van de overledene, wanneer deze vanuit de woonlocatie wordt vervoerd.
- Het maken van condoleances en/of tekeningen voor de nabestaanden.
- Het inrichten van een gedenkplekje met bijvoorbeeld een foto, een kaars of tekeningen.

### Beeld en geluid

Veel uitvaartondernemers bieden livestreaming aan.

Via <https://kerkdienstgemist.nl/> zijn de meeste kerkelijke uitvaarten live te volgen in beeld en/of geluid. Bij goed weer en een geschikte tuin kan de voorganger een herdenking vanuit de tuin leiden.

### Bij een herdenkingsdienst op afstand

- Bloemen met naamkaartje, tekeningen of foto's op de lege stoelen.
- Tekeningen op de kist, die in de herdenking worden benoemd.
- Identieke kleur bloemen op de kist en thuis.
- Liturgie die verwijst naar handelingen voor thuis, bijvoorbeeld het aansteken van de kaars, een knuffeldier, het betreffende prentenboek, kleden in de juiste kleur en plantjes.

### Bij de condoleance

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

### Na de uitvaart

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

### Een periode na de uitvaart

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

Verdere informatie en inspiratie:

- Actuele informatie over de regelgeving bij uitvaarten is na te lezen op [deze site](#) van de RIVM.
- De handreiking via de VGN [Hoe ga je om met het overlijden van een naaste in coronatijd<sup>1</sup>](#).
- Bijlage 1, liturgie een herdenking met een boom van herinneringen.
- Bijlage 2, liturgie een herdenking met troostende kleuren.

---

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

# Bijlage 1

## Herdenking “Een boom van herinneringen”

Herdenking bij het overlijden van

plaats en datum



Muziek



Welkom



Aansteken van de kaars



Herinneringen van liefde en vriendschap



Muziek



Afscheid van vos



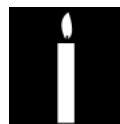
Muziek



Gedicht



Afscheid



De kaars wordt uitgeblazen



Muziek

## Bijlage 1 Herdenking “Een boom van herinneringen”

### Uitwerking Een boom van herinneringen:

**Welkom:** De voorganger noemt de namen van de aanwezigen en afwezigen, eventueel verwijzend naar de stoelen met bloemen, naamkaartjes of foto's.

**Aansteken van de kaars:** De voorganger vraagt de afwezigen ook een kaars aan te steken.

**Herinneringen van liefde en vriendschap:** Naast herinneringen van de aanwezigen kan de voorganger herinneringen van de afwezigen vertellen welke van tevoren geschreven, getekend, of benoemd zijn. Deze herinneringen kunnen eventueel ook in een “boom” gehangen worden.

#### Afscheid van Vos

Vos heeft een lang en gelukkig leven gehad, maar nu is hij moe. Hij zoekt een mooi plekje uit in het bos en valt in slaap. Voor altijd. De andere dieren in het bos missen hun vriend en komen bij elkaar om mooie herinneringen aan Vos op te halen. Zonder dat ze het merken begint er een klein plantje te groeien op de plek waar Vos onder de sneeuw ligt. Bij elke herinnering wordt het plantje groter en mooier, tot er een enorme boom midden in het bos staat. Een boom vol herinneringen aan Vos.

**Aandachtspunt:** Het verdient aanbeveling om de term “Vos sloot zijn ogen en viel in een diepe slaap. Voor altijd” in het boek te vervangen door “Vos was zo moe, verlangde naar rust” o.i.d. om te voorkomen dat mensen bang worden om te gaan slapen.

**Aandachtspunt:** Wanneer er kaarten aan een “boom” gehangen zijn kan hier ook weer naar verwezen worden. Verder kan de huiskamer, tuin of balkon ter sprake komen, waar een plantje kan groeien tot een grote plant vol herinneringen aan.....zoals de knuffeldieren bij de boom konden schuilen

**Bij het uitblazen van de kaars:** indien van toepassing het lied “Ik zal er zijn voor jou” (“Hemelhoog” Hanna Lam ISBN 9789023928423 uitgeverij Boekencentrum) gezongen of gesproken en de afsluitende tekst, welke vaak bij snoezelvieringen klinkt:

We doven hier de kaars, maar het licht gaat met je mee

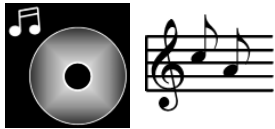
### Vorbereiding voor voorganger en locatie:

- Uitwerken en printen van liturgie
- Aanschaf prentenboek “Een boom vol herinneringen” Britta Teckentrup  
Uitgeverij Gottmer BSN 9789025754389
- Aanschaf pluchen vos: speelgoedzaken, webwinkels
- Eventueel een boom knutselen of een boompje o.i.d. met knijpertjes voorbereiden
- kaarsen en evt. waxinelichtjes
- plantjes en-of bloemzaad
- tekenpapier, correspondentiekaarten, kleurpotloden, stiften
- koffie, thee, iets lekkers

## Bijlage 2 Herdenking “troostende kleuren”

Herdenking bij het overlijden van

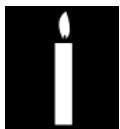
plaats en datum



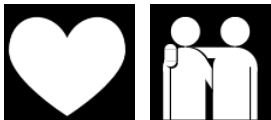
Muziek



Welkom



Aansteken van de kaars



Herinneringen van liefde en vriendschap



Muziek



De troost van de kleuren



Muziek



Gedicht



Afscheid



De kaars wordt uitgeblazen



Muziek

## Bijlage 2 Herdenking “troostende kleuren”

### Uitwerking van de liturgie Troostende Kleuren:

**Welkom:** De voorganger noemt de namen van de aanwezigen en afwezigen, eventueel verwijzend naar de stoelen met bloemen, naamkaartjes of foto's.

**Aansteken van de kaars:** De voorganger vraagt de afwezigen ook een kaars aan te steken.

**Herinneringen van liefde en vriendschap:** Naast herinneringen van de aanwezigen kan de voorganger herinneringen van de afwezigen vertellen welke van tevoren geschreven, getekend, of benoemd zijn. Deze herinneringen kunnen op het rode kleed een plaats krijgen, wat naast het zwarte, groene en witte kleed op de tafel ligt.

#### De troost van de kleuren <sup>1</sup>

Toen ik hoorde, dat .....overleden was, voelde ik me heel verdrietig. Jullie ook?  
.....was lief/vriendelijk/vrolijk enz. Ik wilde hem/haar nog niet missen.

En weet je, ik voelde me ook een beetje boos. Misschien voelde iemand van jullie dat ook?  
Het voelde, alsof alles donker, en zwart was. Net zoals dit zwarte kleed. Waarom gebeurt dit toch...

Toen dacht ik na. In de winter is de grond ook zo zwart. En dan wordt het lente, en komen er uit die zwarte grond weer grassprietjes en bloemen. Kijk maar naar het groene kleed. En doordat ik aan de bloemen en de planten dacht, voelde ik me een beetje blijer.

Opeens dacht ik toen ook aan de kleur rood, de vriendschap en de liefde van.....  
Want weet je nog, hoe zij/hij altijd..... Wat was het fijn om .....om ons heen te hebben.  
Wat is het fijn dat we die mooie herinneringen nog hebben....  
Kijk, ze liggen hier op het rode kleed, de herinneringen die jullie vertelden en tekenden.

Nu denk ik ook aan de kleur wit. De kleur van rust en vrede, denk maar aan een witte duif.  
.....heeft rust nu. ....heeft geen pijn meer. Daar mogen we zelf ook rustiger van worden.  
Het verdriet, het zwart, zal nog een poosje blijven, want we gaan.....missen. Maar we mogen ook denken aan de groene kleuren van de bloemen en de planten. Aan de rode kleur van vriendschap en liefde, door de mooie herinneringen die we elkaar vertellen. En aan de witte kleur van de rust en vrede, voor .....

**Bij het uitblazen van de kaars:** indien van toepassing het lied “Ik zal er zijn voor jou” van Hanna Lam (“Hemelhoog” ISBN 9789023928423 uitgeverij Boekencentrum) gezongen of gesproken en de afsluitende tekst, welke vaak bij snoezelvieringen klinkt:

We doven hier de kaars, maar het licht gaat met je mee

Vorbereiding voor voorganger en locatie:

- Uitwerken en printen van liturgie
- Aanschaf sjaals of stof in de kleuren zwart, groen, rood, wit
- kaarsen en evt. waxinelichtjes
- plantjes en-of bloemzaad
- tekenpapier, correspondentiekaarten, kleurpotloden, stiften
- koffie, thee, iets lekkers

---

<sup>1</sup> Het idee van het gebruik van de vier kleuren bij uitvaart is bedacht door Anneloes Steglich-Lentz van de voormalige stichting GeeVer Zeeland en met toestemming bewerkt.