

10 tips voor een persoonlijke uitvaart



De uitvaartdienst is het moment waarop alle mensen en wensen samenkomen. Wensen van de overledene die postuum worden verwezenlijkt, maar zeker ook de wensen van nabestaanden die afscheid nemen. Het vormgeven van een afscheidsdienst is geven en nemen. Wat past bij de overledene en wat bij de nabestaanden? Lees hieronder mijn top 10 tips die je helpen een goed afscheid voor te bereiden dat plaatsvindt in een rouwcentrum, crematorium of een andere ruimte.

Top 10 tips voor een persoonlijke uitvaart

“Niet omdat het moet, maar omdat het kan ...”

1. Zoek of maak teksten, beelden en muziek met een verhaal. Was de overledene bijvoorbeeld een KISS-liefhebber, dan heeft juist deze muziek zeggingskracht in een afscheid. Leg in de dienst kort uit waarom muziek is gekozen, dan krijgt het geheel meer zeggingskracht.
2. Vergeet de nabestaanden niet. Ook naasten hebben wensen, normen en waarden. Zij die afscheid nemen, willen zichzelf graag herkennen in de dienst.
3. Vergeet de kinderen niet. Kijk [hier](#) voor tips voor uitvaarten met kinderen.
4. Kies de afscheidruimte die bij jullie past. De aula van een crematorium is misschien voor de hand liggend. Maar misschien wel helemaal niet passend. Al eens gedacht aan een afscheid in de achtertuin, horecagelegenheid? Je bent vrij in je keuze!

5. Niet iedere relatie met de overledene is even rooskleurig. Zo is het leven en zo is de dood. In een afscheidsdienst is het prima om hierover eerlijk te zijn. Maar, omdat mogelijk ook gasten aanwezig zijn die wat meer een buitenstaander zijn: zorg ervoor dat het afscheid respectvol blijft, passend binnen de standaard normen en waarden van ons leven.
6. Als je je geroepen voelt: probeer zelf iets te schrijven en/of voor te dragen. Een tekst voordragen kun je oefenen voor deze vooraf verscheidene malen hardop voor te lezen. Alleen en eventueel voor een spiegel, of met een luisteraar erbij. Door de tekst zelf hardop uit te spreken, creëer je ruimte om je emoties de vrije loop te laten. Tijdens de uitvaartdienst kun je de tekst dan gemakkelijker voordragen.
7. Tegenwoordig kun je in crematoria Powerpoint-presentaties met foto's afspelen op een groot plasmascherm. Ook al wil je geen foto's laten zien: kies altijd één foto die wordt afgebeeld. Omdat je anders naar een zwarte spiegel zit te kijken.
8. Kies je er wel voor om foto's te laten zien, pas dan op voor 'ongemakkelijke situaties': kies foto's waar iedereen goed opstaat.
9. Doseer fotopresentaties. Programmeer je een lied met een tekst waarvan je wilt dat iedereen ernaar luistert. Laat een slideshow dan achterwege. Kies er dan voor om (een deel van de) de tekst van het lied (leesbaar) te projecteren, of voor een toepasselijke foto. Mensen kunnen niet luisteren en kijken met evenveel aandacht voor alletwee.
10. Programmeer niet te veel muziek en teksten. In de meeste crematoria is er 60 minuten gereserveerd voor de dienst. Maar ook als je het afscheid in een andere ruimte houdt, is een dienst van 60 minuten een mooi uitgangspunt. Ga uit van een planning van 45 minuten tot aan het allerlaatste langslopen bij de overledene. Het kwartier dat 'over' is, kun je gebruiken voor onvoorzienigheden en voor het laatste afscheid door de naaste nabestaanden.

Meer weten? Of ben je benieuwd naar hoe ik jou en jullie hierbij kan helpen, neem dan contact met me op.

Simone Snakenborg Ritueelbegeleiding

06-11.16.16.31

info@simonesnakenborg.nl

www.simonesnakenborg.nl