



Houvast

Voor als ik heb losgelaten

HIER IN VIND JE

Persoonlijke
uitvaartwensen en
ideeën voor later

Belangrijke informatie
over de nalatenschap

Adressenlijsten en
social media accounts

Informatiegids met feiten
en tips over wat er bij een
uitvaart komt kijken

Uitvaartinspiratie

WILSBESCHIKKING EN
UITVAARTWENSEN VAN

CONTACT

📞 010 2236215

📞 06 48584765

EERSTE BELANGRIJKE INFORMATIE

IK HEB MIJN WENSEN
PERSOONLIJK BESPROKEN MET
EVELIEN

☐ ja ☐ nee

DATUM VAN HET LAATSTE
CONTACTMOMENT

MEDISCHE GEGEVENS

Ik ben donor ☐ ja ☐ nee

Ik draag een ☐ ja ☐ nee
pacemaker

Ik ben met ☐ ja ☐ nee
radionucliden
behandeld

JE VINDT ALLES OVER
DE NALATENSCHAP OP
BLADZIJDE 33, 35

INHOUD

3

Wilsbeschikkingsformulier

Formulier met alle persoonsgegevens en de ondertekening om de wensen in dit boekje rechtsgeldig te maken.

4

Inleiding en uitleg over dit boekje

Lees hier over de gedachten en visie achter dit boekje en een uitleg over hoe je dit boek kan gebruiken en hoe het is opgebouwd.

10

Uitvaartenwensen per onderwerp

Je wordt mee genomen langs allerlei vragen over je uitvaartwensen en voorkeuren. De vragen zijn verdeeld in verschillende onderwerpen en thema's.

32

Informatie over je nalatenschap

Hier beginnen de vragen over onderwerpen voor na het afscheid: uitvaartverzekeringen, testament en social media accounts.

38

Adressenlijst

Adressenlijst met personen die op de hoogte moeten worden gebracht, dan wel welkom zijn op het afscheid.

42

Informatiegids over de uitvaart

In deze gids staat allerlei heldere informatie over wat er allemaal komt kijken bij een uitvaart. Wat mag? moet? En wat niet. Inzicht en uitleg over kosten en tarieven. Alles over begraven en cremen en hoe je kinderen bij een uitvaart kunt betrekken.

WILSBESCHIKKING

PERSOONLIJKE GEGEVENS

Naam _____
Straat en huisnummer _____
Postcode en woonplaats _____
E-mail adres _____
Geboortedatum en plaats _____
BSN nummer _____
Telefoon _____

MIJN PERSOONLIJK GEKOZEN CONTACTPERSOON

Naam _____
Straat en huisnummer _____
Postcode en woonplaats _____
E-mail adres _____
Telefoon _____
Relatie tot mij _____

ONDERTEKENING

SCHRIJF ONDERSTAANDE TEKST MET DE HAND OVER ZODAT DIT DOCUMENT RECHTSGELDIG IS

Hierbij verklaar ik dat de, in dit boekje vermelde, wensen door mij persoonlijk zijn ingevuld en dat de aangewezen contactpersoon, zoals hierboven genoemd, persoonlijk heeft ingestemd om contactpersoon en vormgever te zijn bij het regelen van mijn uitvaart.

PLAATS EN DATUM _____

ONDERTEKENDE _____

HANDTEKENING



MET ELKE KEUZE DIE JE ZELF MAAKT, ZORG
JE DAT MEER MENSEN JOU HERKENNEN IN DE
DAG DAT ZIJ AFSCHEID VAN JE NEMEN

*Evelien Ligthart is uitvaartverzorgster en
rouwpedagoge. Ze laat je zien wat er écht mogelijk is
en biedt alle ruimte voor je eigen kijk en behoeftes.*



LAAT JE UITVAART LEVEN

Hoe maak je voor jezelf duidelijk wat jij
wilt voor je eigen uitvaart?

Voor veel mensen is afscheid nemen een onoverkomelijk feit waar ze liever niet aan denken. Toch is het goed om er wel over na te denken. Je leeft, leert, ervaart en hebt lief op jouw manier. Je afscheid mag dan ook zijn zoals jij in het leven staat.

Je mag wensen hebben over hoe je je afscheid wilt, wat bij je past en wat goed voelt. Deze persoonlijke wensen ontstaan vanuit je 'jezelf'. Zoveel mensen, zoveel wensen, luidt het gezegde. Het voornaamste is om dichtbij jezelf te blijven en het 'afscheid nemen' niet op een te grote afstand van je eigen leven te plaatsen.

Overlijden is iets waar iedereen mee te maken zal krijgen. Je kunt het niet voorkomen of omzeilen, maar je kunt het afscheid wel zo comfortabel mogelijk maken, al naar gelang de situatie waarin je je bevindt. Erover praten of het duidelijk maken voor jezelf maakt het beter benaderbaar. En wees eerlijk, eigenlijk geldt dat voor alles.

Het leven loslaten betekent dat jijzelf of iemand in je omgeving vaarwel zegt. Een vaarwel, zonder dat hij of zij ooit nog terugkomt. Alles rondom het loslaten van het leven is definitief. Je maakt alles werkelijk voor de laatste keer mee. Het is goed om daar bewust mee om te gaan, waardevol voor jezelf en voor je omgeving. Bewust situaties beleven geeft houvast en maakt je sterker, zelfs wanneer je in een moeilijk situatie bevindt.



HET LEVEN VIEREN EN OMARMEN
MAAKT EEN AFSCHEID ‘BELEEFBAAR’

*Op bladzijde 44, 45, 50 vind je informatie die kan
helpen bij het creëren van wensen en voorkeuren
rondom begraven en cremeren.*

DIT IS MIJN LAATSTE BESTEMMING

voorkeuren rondom begraven of cremeren

IK WIL WORDEN ☐ Gecremeerd ☐ Begraven ☐ Geen voorkeur

ZO ZIE IK HET VOOR ME:

- ☐ Dat het afscheid ergens anders plaatsvindt en dat ik alleen naar mijn laatste bestemming' wordt gebracht
- ☐ Dat mijn nabestaanden mij brengen
- ☐ Dat mijn afscheid ook plaatsvindt op de locatie van mijn laatste bestemming

IN GEVAL VAN BEGRAVEN WIL IK

- ☐ Particulier graf
- ☐ Algemeen graf

VOORKEUR VOOR BEGRAAFPLAATS

- ☐ Bijgezet worden in het graf
van _____
Locatie _____
Grafnummer _____

TIJDENS MIJN BEGRAFENIS
WIL IK

- ☐ Gedragen worden
- ☐ Grafgroen op het graf
- ☐ Muziek bij het graf
- ☐ Een toespraak
- ☐ Een gebed
- ☐ Strooibloemen
- ☐ Schepjes zand in het graf
- ☐ Luiden van de klok

IN GEVAL VAN CREMEREN WIL IK

- ☐ Dat mijn nabestaanden de mogelijkheid krijgen om mee te gaan naar de crematieruimte
- ☐ Dat deze specifieke perso(o)n(en) mij naar de crematieruimte begeleiden:

VOORKEUR VOOR CREMATORIUM



WAT KOMT ER ALLEMAAL BIJ EEN
AFSCHEID KIJKEN?





INHOUD



4 4

Vrije keuze

Alles over wat mag, kan en niet hoeft wanneer je afscheid moet nemen.

4 5

Uitvaartbegeleiding en kosten

Uitleg over de begeleiding en inzicht in kosten, omdat je wilt weten waar je aan toe bent.

4 6

Hoe wordt een uitvaart in Nederland geregeld

Informatie over alle onderwerpen rondom het afscheid die in Nederland bij wet geregeld zijn.

4 8

Verzorgen, bescherming en opbaren

Mogelijkheden en uitleg over de verschillende manieren van verzorging, bescherming en opbaren.

5 0

Begraven en cremeren in Nederland

Alles over begraven, cremeren, begraafplaatsen, crematoria, grafrecht, asbestemming en gedenken.

5 4

Hoe zit dat nou met die polissen?

Uitleg wat de verschillende soorten polissen en helderheid over de vrije keuze voor uitvaartverzorger

5 6

Wilsbeschikking en testament

Informatie over de verschillen en mogelijkheden voor het regelen van je nalatenschap.

5 7

Kinderen en afscheid nemen

Uitleg over hoe je kinderen kunt betrekken op een uitvaart





Met dank aan

De families die toestemming hebben gegeven om de foto's van hun afscheid ter beschikking te stellen.

De groep mensen die mee hebben gedacht over een fijne manier om je afscheidswensen op te schrijven en die de try-out van het boekje hebben ingevuld met hun eigen wensen en voorkeuren.

Colofon

Houvast, voor als ik heb losgelaten

Redactie

Teksten: Evelien Ligthart
Eindredactie: Ingeborg van den Wijngaart,
het uitvaartatelier en Nancy Koedoot,
Regeltante

Vormgeving

Ontwerp: Evelien Ligthart
Foto's: Evelien Uitvaartverzorging,
Illusa Fotografie, Emiel Lops, Tin van Steijn
en Marian Schutte

Uitvaartinspiratie

AFSCHEIDSLOCATIES
Kasteel van Rhoon
Restaurant Abel
Café Rotterdam
Hofstede de Paradijshoeve
Crematorium de Dijk

ROUWVERVOER
Straver Mobility

BLOEMEN
Uitvaartbloemist
Inmemoriam

AFSCHEIDSSPREKERS EN
MUZIEK
Luizter

Uitgegeven door Evelien Uitvaartverzorging

Eerste uitgave November 2020
Copyright © 2020
Evelien Uitvaartverzorging b.v.

Oostdorpseweg 60, 3176PL Poortugaal
evelienuitvaartverzorging.nl

Evelien Ligthart: uitvaartverzorgster, rouwpedagoge
Eigenaar van Evelien Uitvaartverzorging b.v.
Kvk nummer: 69407142

Tel: 010 2236215 WhatsApp: 0648584765
info@evelienuitvaartverzorging.nl



Evelien

uitvaartverzorging

"Vaak blijkt praten over je afscheidswensen een goede manier om de regie te nemen over je eigen uitvaart en je omgeving later te ontzorgen.

Het onderwerp blijkt ook minder lastig te bespreken dan vele hadden gedacht en er kan worden gelachen om ideeën die men niet van elkaar had verwacht.

In dit boekje kun je zelf of met elkaar al je wensen rondom je eigen afscheid noteren. Het is een handvat om een gesprek mee te starten of een fijne manier om je wensen te bewaren voor later. Dit boekje bevat jouw verhaal. Doe er vooral mee wat bij je past en laat je leiden door 'Jezelf'."

Evelien Ligthart



/evelienuitvaartverzorging



evelien_uitvaartverzorging



info@evelienuitvaartverzorging.nl



www.evelienuitvaartverzorging.nl