



Afscheid bij leven

Steeds meer mensen kiezen voor euthanasie. Bijna iedereen kent tegenwoordig in zijn of haar omgeving wel iemand die stierf met hulp van een arts. Volgens Martine en Elise van hart & ziel uitvaarten is het goed om bewust stil te staan bij het overlijden dat gepland staat.

Elise: "Er wordt vandaag de dag makkelijker over levensbeëindiging gesproken, er hangt minder een taboesfeer omheen. Voor veel mensen is het inmiddels vrij helder waaraan voldaan moet worden wil euthanasie mogelijk zijn. Partijen als de Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levenssein hebben duidelijke instructies op hun websites en formulieren vermeld staan.

De meesten mensen weten ook dat wanneer ze zo'n formulier hebben ingevuld, ze hun wens ieder jaar bij de huisarts moeten bevestigen. Als je het vergeet vervallen de afspraken."

Martine: "Er is ook veel meer bekend rondom wilsbekwaamheid. In welke gevallen is iemand voldoende wilsbekwaam om zelf te beslissen hun leven te willen beëindigen? Dat is vooral lastig bij mensen die lijden aan dementie. In een redelijk vroeg stadium van deze ziekte zal diegene nog voldoende wilsbekwaam zijn om met volle overtuiging te kiezen voor euthanasie.

Dat is voor nabestaanden niet altijd even makkelijk. De geliefde is nog zo helder, waarom nu al kiezen voor levensbeëindiging?"

Zelfbeschikking

Martine: "Zelfbeschikking past in het huidige tijdsbeeld." *Elise:* "Ouder worden gaat vaak niet zonder gebreken. Mensen worden ziek of vinden dat het leven voltooid is. Dat kan de keuze voor levensbeëindiging beïnvloeden. Voor naasten is de dag van de euthanasie vaak een moeilijke dag. Degene die gaat heeft meestal lang naar dit moment uitgekeken, er goed over nagedacht en vaak ook al afscheid genomen."

Martine: "Bedenk wat er mogelijk is die dag. Misschien is het fijn nog wat te doen met elkaar? Bijvoorbeeld nog één keer met een glas wijn en een borrelhapje bij elkaar zitten. Of samen zijn of haar favoriete taart eten. Je kunt ook samen nadenken om nog met een grotere groep bij elkaar te zijn in de periode voorafgaand aan de euthanasie. Eventueel met ruimte voor toespraakjes, wat heeft diegene voor je betekend en misschien een aantal kenmerkende anekdotes. Bijna een soort uitvaart, maar dan met diegene er nog levend bij."

Beetje lichtheid

Elise: "Denk na over hoe je afscheid wilt nemen en maak het bespreekbaar. Maak het niet extra zwaar. Euthanasie is niet gering, een beetje lichtheid kan helpen. Bedenk ook van te voren wat je na de euthanasie wilt als achterblijvers. Wil je nog even blijven zitten met elkaar of misschien een hapje eten?" *Martine:* "We raden aan de tijd te nemen. Als iemand is overleden hoeven wij echt niet gelijk te komen, dat kan zeker een paar uurtjes wachten."

HEB JE VRAGEN AAN ELISE EN MARTINE OVER EEN UITVAART?

Je kan hart & ziel uitvaarten altijd bellen en een vrijblijvende afspraak maken.

Een eerst oriëntatiegesprek is zonder kosten.

023-8200920 of kijk op www.hartenzieluitvaarten.nl



Duurzaam boek

De dames van metpapier.nl maken handgemaakte condoleanceboeken van restanten behang. Je kan ook bij ze terecht voor een op maat gemaakt boek. Meer informatie op de website www.metpapier.nl



Pianist op gehoor

Sebastiaan Molenaar is een pianist uit Velsen Zuid. Hij speelt op gehoor, zonder bladmuziek, en geen klassiek repertoire. Hij werkt met populaire muziek, de liedjes die bij een leven horen. Hij bouwt om het favoriete nummer van de overledene een eigen arrangement. Herkenbaar als het liedje, maar in een jasje dat bij de ceremonie past. Meer informatie op www.exclusivepianists.com/uitvaart/