

Uitvaartbegeleiding De Stilte, onze zorg na de uitvaart

Wij willen je graag twee vormen van nazorg aanbieden, allereerst de zorg voor je gevoel...

“Als je iets nodig hebt, dan kun je me altijd bellen...”

Vragen om hulp is voor velen niet altijd makkelijk, dit zien we bij onszelf, maar ook bij families die wij mogen begeleiden na het overlijden van een geliefde.

Het regelwerk raakt achter de rug, praktische zaken zijn of worden uitgevoerd en het normale leven lijkt z'n gang te gaan. Je omgeving raakt weer in zijn ritme, iedereen pakt zijn of haar werk weer op en elke dag verloopt alsof er niets veranderd is.

Maar als iemand is overleden waar jij veel van hield, dan verandert er altijd iets. Een bord minder aan tafel tijdens het ontbijt, geen vuile voetbalkleren in de was op een zaterdag, geen kopje koffie op de zondagmorgen met je moeder die jou begreep middels een half woord. Daarnaast verandert er ook iets in jezelf en dit is voor iedereen anders en voor een ander niet zichtbaar. Zussen onderling voelen het verlies van hun vader ieder anders, een weduwnaar mist zijn vrouw op een andere manier dan de kleinkinderen. En bijvoorbeeld vrienden hebben ieder voor zich een eigen gemis in hun vriendengroep.

Ook al weet je dat het hebben van verdriet 'normaal' is, veel signalen van rouw komen als verrassing; lichamelijke pijntjes, snel geïrriteerd zijn, jezelf vermoeid voelen, slecht slapen, hoofdpijn, enzovoort. Jezelf niet lekker in je vel voelen, is iets dat vaak genoemd wordt, maar wat je ook niet 'erg' genoeg vindt om hulp voor te zoeken.

Tijdens onze gesprekken met nabestaanden horen wij vaak dat na zes tot acht weken een overlijden langzaam begint binnen te dringen. En weer een aantal maanden later begint het besef te komen dat het écht is en dat het verdriet niet minder wordt, maar zelfs meer... Op die momenten willen wij graag een steuntje in de rug bieden, ook al is ons regelwerk als uitvaartbegeleidster dan klaar.

Het steuntje in de rug dat wij willen geven is natuurlijk helemaal vrijblijvend en hier zijn geen kosten aan verbonden. Wij nemen een paar weken na de uitvaart contact met je op om te vragen hoe het met je gaat, hoe je terugkijkt op de week van de uitvaart en hoe de afgelopen weken voor je waren. Tijdens dit telefoongesprek kunnen we een afspraak maken om nog eens na te praten of als je behoefte hebt aan meer gevoelsmatige begeleiding, dan kunnen wij meedenken over de juiste vorm die het best bij jou past en dit hoeft niet altijd professionele hulp te zijn.

Uitvaartbegeleiding De Stilte, onze zorg na de uitvaart

Daarnaast de zorg dat praktisch alles goed geregeld is...

“Een opgeruimd gevoel...”

In de weken dat eigenlijk je hoofd er niet naar staat zijn er toch veel praktische zaken waar je je gedachten bij moet houden. Hier willen wij praktische nazorg bieden.

- ✓ Je kunt denken aan verzekeringspolissen, abonnementen, overeenkomsten, erfenis of het leegruimen van een huis.
- ✓ Maar ook het uitzoeken of laten ontwerpen van een grafmonument, asbestemmingen, herinneringssieraden.
- ✓ En tevens het aandragen van ideeën, zoals het verwerken van iemands kleding in een plaid voor op de bank, het maken van een tas met alle knopen uit oma's knopendoos of het schrijven van een levensverhaal ter nagedachtenis voor alle kleinkinderen.
- ✓ En in de huidige tijd willen wij ook onze ervaring delen bij het opschonen van internet; Facebook, Twitter, LinkedIn en andere accounts.

Aan deze vorm van nazorg; het meedenken, adviseren en aandragen van ideeën zijn geen kosten verbonden. Wij willen onze kennis en ervaring graag delen en als het nodig blijkt kunnen wij doorverwijzen naar de juiste instanties.

En mocht er toch hulp van derden nodig blijken, dan kijken we mee, zoeken we de kosten voor je uit en zetten alle mogelijkheden met bijbehorende kosten voor je op een rij.

Voor alle nazorg die wij je willen bieden geldt dat wij altijd contact met jou op zullen nemen. Maar mocht je op een ander moment een steuntje in de rug kunnen gebruiken, dan mag je ons altijd bellen!

Een warme groet,
Uitvaartbegeleiding De Stilte