EXPERTISECENTRUM
Omgaan met Verlies

KINDEREN INFORMEREN EN BETREKKEN BIJ OVERLIJDEN VAN EEN NAASTE IN CORONATIJD

Een handreiking voor de situatie in België

Vooraf bij de versie van 26 maart 2020

Deze tekst is samengesteld met de informatie die er op dit moment is. Er kunnen in de komende tijd wijzigingen komen, reden waarom we steeds de datum erbij zetten zodat je de meest recente versie kunt downloaden. Ook nemen we daarin mogelijk nuttige aanvullingen van anderen mee. We baseren ons op de richtlijnen van de Federale Overheidsdienst (FOD) Volksgezondheid. Daarnaast zijn er de adviezen van de uitvaartunie Vlaanderen en de Federatie van begrafenisondernemers. Deze adviezen kunnen soms verschillend in de praktijk worden gebracht. Dat betreft bijvoorbeeld de aanwezigheid van kinderen bij rouwbezoek en bij de uitvaart. Het doel van deze handreiking is informatie te geven maar we kunnen geen verantwoordelijkheid dragen voor de wijze waarop de richtlijnen in de praktijk geïnterpreteerd worden.

© Expertisecentrum Omgaan met Verlies Deze handreiking mag met bronvermelding vrij gebruikt worden.

Inleiding

Wanneer iemand uit het gezin of in de naaste omgeving op dit moment overlijdt, zijn de mogelijkheden nogal ingeperkt door de voorschriften van FOD Volksgezondheid. Daarbij is er een verschil of iemand overlijdt door het coronavirus of door andere oorzaken. In onze publicaties adviseren we kinderen zo goed mogelijk te informeren en te betrekken. Daar verandert de huidige situatie niets aan. Wel verandert er iets aan het advies om hen zo veel mogelijk aanwezig te laten zijn bij de gebeurtenissen en een rol te geven bij het daadwerkelijke afscheid. Deze mogelijkheden zijn minder geworden. Maar minder wil niet zeggen onmogelijk. Deze handreiking is niet uitputtend en een aanvulling op de bestaande publicaties. Zie hiervoor www.in-de-wolken.nl en de literatuursuggesties aan het einde van de handreiking. We beschrijven eerst de situatie wanneer iemand niet door het coronavirus overlijdt.

Als de doodsoorzaak niet het coronavirus is

Bezoek in de ziekenhuizen en rusthuizen is niet langer toegelaten. Dit heeft tot gevolg dat er ook geen afscheid meer genomen kan worden van mensen die niet door Corona-besmetting overlijden. Enkel op de palliatieve afdeling, pediatrie en neonatologie is nog zeer beperkt bezoek mogelijk, in afspraak met de verpleging. Voor kinderen maakt het dit extra moeilijk. Zij zien al langere tijd hun grootouders of andere familieleden niet meer en kunnen enkel contact houden via Skype, Facetime, Whatsapp enzovoort. De verpleging in de rusthuizen doet er alles aan om het contact zoveel mogelijk te laten plaatsvinden. Tracht kinderen dan ook zoveel mogelijk te betrekken in het afscheid nemen van op afstand. Laat hen tekeningen maken, video-boodschappen opnemen, telefoneren enz. Geef hen de boodschap dat het heel belangrijk is voor de stervenden om te voelen dat er aan hen gedacht wordt. Nu het niet meer in het bijzijn van de familie kan, is het zoeken naar andere manieren.

Regelen van de uitvaart

Na het overlijden, als de arts de dood heeft vastgesteld, wordt een uitvaartonderneming gebeld. Ook de uitvaartbegeleider moet zich aan de richtlijnen van FOD Volksgezondheid houden. Dat betekent dat de uitvaartbegeleider de regelingen zoveel mogelijk per telefoon, Skype en mail doet. Dat maakt het pijnlijk genoeg veel onpersoonlijker dan normaal gesproken. Indien dit niet mogelijk is, kan de afspraak uitzonderlijk doorgaan in het uitvaartcentrum met maximum twee aanwezige familieleden. Om de kinderen toch te kunnen betrekken is beeldcontact (Skype, Zoom, Facetime) aan te bevelen zodat de uitvaartbegeleider ook met de kinderen kan spreken en zij hem of haar kunnen zien.

Thuisopbaring wordt niet meer toegelaten, zowel bij niet-besmetting als bij besmetting is dit momenteel verboden. De balseming van het lichaam is tevens niet langer toegestaan, ook niet in ziekenhuizen. Het lichaam van de overledene wordt dan ook steeds naar het uitvaartcentrum gebracht waar de familie nadien afscheid kan komen nemen. Dit kan enkel nog op afspraak en met maximum vijf familieleden tegelijkertijd, gedurende maximum één uur. Het lichaam mag hierbij aangeraakt worden op voorwaarde dat de hygiënemaatregelen nageleefd worden. Tijdens het groeten, dient de afstand van 1,5 meter tussen de aanwezigen gerespecteerd te worden. Hierdoor is het niet mogelijk om elkaar een hand of knuffel te geven.

Leg aan kinderen uit dat condoleren nu gebeurt door bijvoorbeeld je hand op je hart te leggen of met het namasté gebaar. Voor kinderen is het vaak moeilijk om afstand te houden van bezoekers die ze goed kennen.

 © Expertisecentrum Omgaan met Verlies Deze handreiking mag met bronvermelding vrij gebruikt worden.

Dus het is belangrijk te overwegen wat het zwaarst weegt. Zorg eventueel voor beeldcontact via Skypen, Facetimen of Zoom met de grootouders en/of andere belangrijke personen. Maak foto's of een video om te delen voor wie dit graag wil. Ook voor de kinderen kan dit in een latere fase fijn zijn. Wat extra waardevol is, is om de kinderen zelf foto's te laten maken of te laten filmen. Zij nemen vaak een ander perspectief dan volwassenen.

© Dela

De uitvaart

Het aantal mensen dat aanwezig mag zijn bij de uitvaart is intussen zeer beperkt. Slechts twintig familieleden mogen de dienst bijwonen, waaronder ook de uitvaartmedewerkers worden geteld. In Wallonië mogen uitvaartdiensten enkel nog in openlucht doorgaan in aanwezigheid van maximum 15 personen. Een afscheidsdienst mag nog maximaal 45 minuten duren. Mensen die ziek of verkouden zijn of koorts hebben, worden verzocht niet te komen, zelfs niet als het hun partner of ouder betreft. Dit om besmetting van anderen te voorkomen. Als het de eigen ouder of iemand anders uit het gezin betreft, kunnen kinderen (mits niet verkouden of snotterig) aanwezig zijn. Als het bijvoorbeeld een grootouder betreft dan kan het een bespreekpunt zijn, ook al omdat het toegestane aantal personen dan snel overschreden wordt. Ook bij de uitvaart gebeurt het condoleren met de hand op het hart en een kleine buiging of met het namasté gebaar. Eventueel kunnen kinderen iets maken zoals een wensboom of een slinger met tekeningen die bij de dienst gebruikt wordt en lezen volwassenen tekst van kinderen voor of kunnen kinderen zelf een bijdrage aan de dienst leveren via vooraf opgenomen video-beelden. Aangeraden wordt om de dienst op beeld vast te leggen. Sommige aula's hebben de mogelijkheid van live-streaming maar dat zijn er nog niet zo veel en dan wordt het een kostbare zaak. Een betaalbaarder alternatief is om een opname te maken en die meteen na de dienst met een inlogcode toe te sturen aan mensen die niet aanwezig konden zijn. Ook programma's als Zoom zou je kunnen inzetten om mensen gelijktijdig mee te laten kijken en luisteren maar dan heb je een beperkt beeld (bijvoorbeeld alleen de spreker). Een combinatie van Zoom en een video-opname kan een mogelijkheid zijn. Er ontstaan steeds meer creatieve ideeën om voor betrokkenheid te zorgen. Mensen die voor hun huisdeur staan als de rouwauto uit de straat vertrekt, mensen langs de route naar de begraafplaats met onderlinge afstand van 1,5 meter die klappen of buigen als de rouwstoet langskomt enz. Na de dienst is een koffietafel niet meer toegestaan waardoor het samenzijn wegvalt. Ook de gewoonte van gedenkprentjes uitdelen op

het einde van de dienst valt nu weg gezien enkel de naaste familie nog aanwezig mag zijn. Zorg ervoor dat je voldoende gedenkprentjes hebt die je zelf aan de kinderen in de familie kan afgeven. Zo hebben kinderen toch nog een persoonlijk aandenken van de afscheidsdienst, ook al waren ze er niet bij.
In de aula van de crematoria mogen afscheidsdiensten ook enkel nog doorgaan met maximum 20 personen. Het begeleiden van de kist naar de ovenruimte is niet meer mogelijk.

Wanneer er sprake is van overlijden door het coronavirus

Soms zijn de klachten van iemand vanaf het begin heel ernstig en volgt onmiddellijke opname in het ziekenhuis, mogelijk zelfs op Intensive Care. Dan is geen bezoek meer mogelijk en is het zeer spannend of hij of zij nog wel beter wordt. Je weet dan niet of ze nog wel ooit thuis zullen komen. Als duidelijk is dat de persoon gaat overlijden zijn er geen mogelijkheden om nog een laatste moment samen te hebben. Niet alleen vanwege het bezoekverbod in de ziekenhuizen maar ook omdat de rest van het gezin vaak in thuisisolatie of quarantaine is en het huis niet mag verlaten.

Regelen van de uitvaart

Wanneer iemand door het coronavirus overlijdt, zijn de beperkingen nog groter dan we hiervoor beschreven. In principe kan de naaste familie onder strikte voorwaarden de overledene nog gaan groeten in het uitvaartcentrum. In de praktijk merken we echter dat uitvaartondernemers dit eerder afraden gezien het besmettingsgevaar. De regeling van de uitvaart gebeurt op afstand via telefoon, Skype, app en e-mail. Sommige uitvaartonder- nemingen hebben een speciaal programma om via de pc de uitvaart te regelen. Hoe het ook gebeurt, de uitvaartbegeleider kan de kinderen toch zoveel mogelijk betrekken door gebruik te maken van contact waarbij beeld mogelijk is en hen rechtstreeks vragen te stellen. Vraag hier als ouders desnoods zelf actief naar als het initiatief niet van de uitvaartbegeleider komt. Het groeten van de overledene is mogelijk onder strikte voorwaarden. Er wordt aanbevolen om het lichaam niet meer aan te raken. Desnoods kan handcontact met de overledene nog op met kleding en/of met lakens bedekte lichaamsdelen op voorwaarde dat de handen goed gewassen worden en/of ontsmet met alcoholgel. Geenszins mag

 © Expertisecentrum Omgaan met Verlies Deze handreiking mag met bronvermelding vrij gebruikt worden.

het gelaat worden aangeraakt. Knuffels en zoenen zijn niet langer toegelaten. De regels zijn verder hetzelfde als voor een niet-besmette overledene.

De uitvaart

Bij de uitvaart geldt wat we eerder al beschreven. Het verschil bij afscheidsdiensten in de aula van een crematorium, is dat deze enkel nog mogen plaatsvinden met de urne in de aula en niet meer met de kist. Maar bij Corona is de kans groter dat naaste familieleden de uitvaart niet kunnen bezoeken omdat ze mogelijk zelf besmet zijn en in thuisisolatie of quarantaine zitten. Dan is het des te belangrijker om te zorgen voor beeldmateriaal van de dienst. Maar je kunt mogelijkheden creëren om thuis, in eigen kring, een ritueel te doen, met de foto van de overledene, kaarsen aan te steken, iets te vertellen over de overledene, kinderen kunnen herinneringen ophalen, samen kun je naar muziek luisteren die passend is en er kan een mooie tekst voorgelezen worden.

Herdenkingsdiensten

Over een tijd, als de beperkingen voorbij zijn, kan alsnog een herdenkingsdienst plaatsvinden in grotere kring. Het zal per gezin verschillend zijn of hier behoefte aan is. Sommige gezinnen kondigen het nu in de rouwadvertentie en op de rouwkaart al aan. Het is echter nu nog niet te voorspellen vanaf wanneer deze zullen mogen doorgaan. Mogelijks duurt dit nog maanden.

Rouw

We hebben nog geen idee wat de omstandigheden van het overlijden en deze beperkte vorm van afscheid nemen gaat betekenen voor het rouwen van mensen en specifiek voor rouwende kinderen. Voor kinderen is een vertrouwde volwassene die houvast biedt het meest belangrijke. We hebben op dit moment op allerlei zaken geen invloed. We weten wel dat buitengesloten worden, met alle goede bedoelingen overigens, en niet terecht kunnen met je vragen en je emoties voor kinderen een slecht uitgangspunt is om met hun verlies om te gaan.
Wat we kunnen doen en waar we invloed op hebben, is aan hoe wij als baken aanwezig zijn voor kinderen en hen zo goed als mogelijk informeren, betrekken en recht doen aan hun specifieke behoeften. Dat vergt overigens in eerste plaats ook goed voor je zelf (laten) zorgen. Kinderen hebben het meeste aan je als jij rustig en kalm bent en zo goed mogelijk (gezien de omstandigheden) in je vel zit. Dat wil niet zeggen dat je emoties moet verbergen maar je kunt ze met de kinderen delen en samen verdrietig zijn. En ze soms even ondertitelen. ‘Mama werd net even heel boos, dat zijn grote mensen ook wel eens. Sorry, als je daarvan geschrokken bent. Laten we elkaar maar even vasthouden, is dat goed?’ Je hoeft geen perfecte ouder te zijn, en sorry zeggen is een goede smeerolie in de relatie met kinderen. Sluit kinderen in, ook in deze voor iedereen zo moeilijke periode.

Maart 2020
Riet Fiddelaers-Jaspers www.omgaan-met-verlies.nl

Met aanvulling van Lies Scaut voor de Belgische versie. Lies is verbonden aan De Weg Wijzer, Expertiscentrum Trauma en Rouw www.dewegwijzer.org

© Expertisecentrum Omgaan met Verlies Deze handreiking mag met bronvermelding vrij gebruikt worden.

Literatuursuggesties

Fiddelaers-Jaspers, Riet (z.j.). *Bo de Beer neemt afscheid.* Heeze: In de Wolken (ook in de vorm van een app).
Fiddelaers-Jaspers, R. & Fiddelaers, R. (2018-14). *De meest gestelde vragen over kinderen en de dood.* Heeze: In de Wolken.
Fiddelaers-Jaspers, R. (2019-10). *Als iemand dood gaat. Wat jij wilt weten over doodgaan, begraven en cremeren.* Heeze: In de Wolken.
Fiddelaers-Jaspers, R. (2019). *Een rugzak vol verdriet. Kwetsbaarheid én kracht van rouwende jonge mensen.* Utrecht: Ten Have.
Fiddelaers-Jaspers, R. (2020-14). *Jong verlies. Rouwende kinderen serieus nemen.* Kampen: Ten Have.
Fiddelaers-Jaspers, R. (2018-4). *Wanneer word je dood? Veel gestelde vragen over kinderen en afscheid.* Utrecht: Ten Have.
Keirse, M. (2020). *Kinderen helpen bij verlies. Een boek voor al wie van kinderen houdt.* Tielt: Lannoo.
Roosmalen, T. van, Fiddelaers-Jaspers, R. & Lavell, M. (2020). *Een pleister tegen tranen. Ondersteuning van kinderen en jongeren met een ernstig zieke ouder.* Heeze: In de Wolken.
Scaut, L. (2015). *DoodGewoon; Kinderen begeleiden bij rouw.* Houten: LannooCampus.
Scaut, L. (2020). *Dood zijn, is dat voor altijd? En alle andere vragen van kinderen over de dood.* Antwerpen: Van Halewyck.
Zie voor prentenboeken www.in-de-wolken.nl
Mijn herinnering aan jou: Een rouwapp voor kinderen (www.mijnherinneringaanjou.be)

 © Expertisecentrum Omgaan met Verlies Deze handreiking mag met bronvermelding vrij gebruikt worden.