



Begrafenis

+ Mag jouw uitvaart een feestje zijn? Praten over de dood met PAL in de Stad. 'Die gesprekken zijn ook verbindend, waardoor mensen tot elkaar komen'

Noah van der Breggen

16-10-26, 09:57 | update: 16-10-26, 10:21

[Luisteren](#)

[Delen](#)

[Maak ons je Google-favoriet](#)



De theatervoorstelling 'Kouder dan hier' van theatercollectief Afrit 6 in het Rosa Spier Huis. © Foto Wies Wagenaar

LAREN Welke versieringen gaan jouw doodskist verfraaien? Wat vinden jouw naasten van hun sterfelijkheid? En wat moet er gebeuren met de dagboeken van je oma als ze komt te overlijden? Gesprekken over de dood worden vaak uitgesteld, totdat ze opeens gevoerd moeten worden in een ziekenhuiskamer of bij de uitvaart. Maar PAL in de Stad, dat is gelanceerd in Gooi en Vechtstreek, wil daar verandering in brengen.

„Zwangerschap is iets waar goed over gepraat wordt, en waar alles gewikt en gewogen wordt, maar bij het einde van een leven is dat niet het geval. Best gek, want één ding weten we allemaal: we gaan dood”, vertelt Jolanda Winters van het Netwerk Palliatieve Zorg Gooi en Vechtstreek aan tafel in het Rosa Spier Huis in Laren.

Om die gesprekken aan te sporen, lanceerde dat netwerk op 9 oktober PAL in de Stad in Gooi en Vechtstreek. Dat is een platform waarop verschillende activiteiten over dood, rouw, verlies en levenskunst in de laatste levensfase staan vermeld. Zo worden mensen in de regio op een laagdrempelige manier aangespoord om over dit thema te praten.

Kunst

Via PAL-dragers, kunstenaars of mensen die in de culturele sector werken en zich met de dood bezighouden, wordt het onderwerp vanuit verschillende kanten belicht. „Denk aan dans, poëzie, kunst, muziek, fotografie en literatuur. Zo is er bijvoorbeeld iemand die meditatiesessies begeleidt voor mensen die geen afscheid hebben kunnen nemen van een dierbare, en een portretserie van mensen die in de palliatieve zorg werken”, vertelt Jocelyn Daris, kwartiermaker bij PAL in de Stad Gooi en Vechtstreek.

Zij ziet PAL in de Stad als een manier om het levenseinde bij een breder publiek bespreekbaar te maken, zonder dat het meteen om ziekte en zorg draait. Want wat vinden jouw naasten eigenlijk belangrijk in het einde van hun leven? „Heel vaak is het niet bekend wat iemand wil, maar na zo’n evenement merk je dat het aanleiding geeft om het erover te hebben. Dat geeft rust en kan tot verrassende realisaties leiden. Daarnaast zijn de gesprekken zelf ook verbindend. Het zorgt ervoor dat mensen tot elkaar komen”, vertelt Daris.

Het initiatief bestaat sinds 2020 en is al actief in Amsterdam-Diemen, Utrecht en Friesland. „We zijn de beweging aan het uitrollen. En Gooi en Vechtstreek is een mooie regio om daarmee door te gaan. Het is een regio waar veel mensen bezig zijn met de laatste levensfase”, aldus Daris.

Taboe

PAL in de Stad Gooi en Vechtstreek werd gelanceerd met de theatervoorstelling 'Kouder dan hier'. Theatercollectief Afrit 6 voerde die op 9 oktober op in het Rosa Spier Huis. Daarin probeert hoofdpersonage Mira, die aan kanker lijdt, het gesprek aan te gaan over haar dood, maar haar familieleden gaan dat liever uit de weg.

„Het moet een landelijke beweging worden”, vertelt Winters tijdens de lancering, waar ook gelukskoekjes met vragen over het levenseinde werden uitgedeeld. „Die belangrijke gesprekken over de dood moeten vaker, en eerder, gebeuren. Het is nu nog te taboe en moeilijk.”



De aftrap van PAL in de Stad in het Rosa Spier Huis in Laren. © Foto Margot Brakel

Wanneer gesprekken over de dood worden uitgesteld, worden er aan het einde van het leven minder goede keuzes gemaakt. „Dan overkomt het je”, stelt Winters. „Er is veel aandacht voor terminale zorg, maar de palliatieve fase kan jaren duren. Dan is communicatie erg belangrijk.”

De Generale

Momenteel zijn er twee PAL-dragers actief in Gooi en Vechtstreek: Daphne de Bakker, uitvaartbegeleider, en Miriam Hogervorst, verpleegkundige. In Amsterdam en Utrecht zijn er elk ruim twintig actief. PAL in de Stad is op zoek naar nieuwe PAL-dragers voor de regio. Dat kan op verschillende manieren.

Lees ook:

Toneelstuk 'Omdat ik van je rouw' moet het gesprek op gang brengen over de laatste levensfase. 'Met de nodige humor, en dat mag ook best een beetje schuren'



„Eva Kiemeney, een van onze PAL-dragers in Amsterdam, organiseert 'de Generale': een etentje waarbij mensen opgedost komen in de outfit die zij willen dragen tijdens hun

laatste feestje, en waar alle vragen over het leven en de dood aan bod komen tijdens een driegangendiner”, vertelt Daris. Meer informatie is te vinden op palindestad.nl.

Regio

Gooi- en Eemland