

Leoniek van der Maarel
is (rouw)therapeut en
geeft voorlichting over het
onderwerp verlies. Ook
maakt ze filmportretten (zie
hetnieuwerouwen.nl)



HET NIEUWE ROUWEN

Laatst werd ik gebeld door een jonge moeder. Ze vroeg om een filmportret, omdat ze wist dat ze niet heel oud zal worden. Voor de kinderen wilde ze haar levensverhaal vastleggen. Al gauw bleek dat ze vooral wilde praten. "Iedereen raadt me af een film te maken, omdat ze vinden dat ik mijn tijd en energie aan overleven moet spenderen. Maar is het gek dat ik een filmportret wil laten maken nu ik mij nog goed voel en er nog goed uitzie?" Nee, dacht ik, dat is niet gek. Het vergt juist moed...

Zij is niet de enige die tegen dit soort reacties aanloopt. Partners, kinderen, buitenstaanders - hoe betrokken ook - willen de dood het liefst zo lang mogelijk buiten de deur houden. En dat, terwijl de stervende er zelf juist open over wil praten! Dingen wil voorbereiden, op zijn of haar eigen manier. Dat is 'het nieuwe rouwen'. Op je eigen manier invulling geven aan sterven en rouwen. Voor de een is dat met humor, voor de ander een bezoek aan de kerk, voor weer een ander het contact met een paranormaal begaafde. We mogen de begrafenis invullen zoals we zelf willen. Alles kan en alles mag.

Soms maakt de omgeving het je moeilijk om op je eigen manier te rouwen. In het begin is er volop aandacht en mag je huilen, nee *moet* je zelfs huilen ('krop het niet op hoor! Huilen is goed voor je'). Maar dit mag vooral niet te lang duren. We hebben allerlei clichés in de

aanbieding waarmee wij denken de rouwende te helpen.

'Gelukkig heb je de kinderen nog.'

'Wees maar blij, er is hem veel bespaard gebleven.'

'Het zal wel ergens goed voor zijn.'

'Pluk de dag.'

'Na regen komt zonneschijn.'

Waarom krijgen rouwendenden deze 'adviezen'? Misschien is dat wel omdat wij graag willen helpen, maar bijna nergens zo machteloos zijn als wanneer we geconfronteerd worden met de dood. We trekken alles uit de kast om de rouwende af te

leiden. Terwijl diegene vaak behoefte heeft aan een gesprek over gevoelens en gedachten. Over angsten, twijfels, vragen en schuldgevoel. De rouwende wil een luisterend oor.

Er is plaats voor tranen in het nieuwe rouwen, maar even zo veel plaats voor een lach, humor en (zelf)spot. Als wij stervenden en rouwendenden willen helpen, laten we dan vooral aansluiten bij wat voor hen werkt! Luister oprecht met je hart. Juist dan kunnen wij een steun zijn.

Gaedsbedaelde
adviezen?

Liever een
luisterend oor!



VRAAG HET ONS

Monuta geeft antwoord op financiële vragen

KAN IK MIJN UITVAARTVERZEKERING TUSSENTIJD WIJZIGEN?

Dat is afhankelijk van de wijziging die u wilt doen. Als u verzekerd bent voor een bepaald bedrag dat na overlijden wordt uitgekeerd, kunt u dit laten omzetten naar een verzekering in natura. Dit betekent dat uw nabestaanden rekeningen kunnen indienen tot aan het verzekerde bedrag. Er wordt dus geen geld meer uitgekeerd. Andersom kan dit niet. Het verhogen van uw verzekering kan altijd. Dit heeft echter gevolgen voor de hoogte van uw premie. Adresgegevens, wijzigingen in uw burgerlijke staat en geboorte van kinderen kunt u altijd doorgeven. Controleer uw gegevens jaarlijks en geef eventuele wijzigingen op tijd aan ons door. Heeft u wijzigingen, dan kunt u die doorgeven op monuta.nl/wijziging

Kan ik mijn kinderen bij leven een voorschot geven op de erfenis?

Dat kan. De hoogte van dit bedrag wordt ieder jaar opnieuw vastgesteld. Voor 2011 is dit bedrag voor een jaarlijkse schenking vastgesteld op € 5.030,- belastingvrij. Eenmalige schenkingen aan kinderen bedragen maximaal € 24.144,- per kind. Uw kind of zijn of haar partner, moet dan wel tussen de 18 en 35 jaar oud zijn. Ook is er een extra mogelijkheid om € 50.300,- te schenken. Dit geld moet worden gebruikt voor de aankoop van een eigen woning of voor de financiering van een dure studie. Als u meer geld schenkt betaalt u schenkingsrecht. Kijk ook op belastingdienst.nl.

Hoeveel erfbelasting betaalt mijn partner straks?

Over de eerste € 603.600,- hoeft uw partner geen belasting te betalen (2011). Voor kinderen en kleinkinderen is dat bedrag vastgesteld op € 19.114,- en voor overige erfgenamen op € 2.012,-. Is de erfenis hoger dan de vrijstelling, dan betaalt uw partner over de eerste € 118.708,- 10% erfbelasting. Voor alles boven dit bedrag moet een erfbelasting van 20% worden afgedragen. Dit tarief geldt ook voor eventuele (pleeg)kinderen. Kleinkinderen en verdere afstammelingen betalen respectievelijk 18 en 36%. Voor alle overige erfgenamen geldt een belastingtarief van 30 en 40% (2011). Kijk ook op belastingdienst.nl

Wat is het verschil tussen een uitvaartverzekering en een uitvaartdeposito?

Zowel een uitvaartverzekering als uitvaartdeposito kan uitsluitend gebruikt worden voor het bekostigen van de uitvaart. Het verschil zit hem voornamelijk in de manier van premiebetaling. Voor een uitvaartverzekering betaalt u een premie per maand, kwartaal, halfjaar of jaar. Bij een uitvaartdeposito stort u ineens of vaker een bedrag van minimaal € 100,- (de eerste storting moet minimaal € 225,- bedragen). Over de gestorte bedragen ontvangt u een rente van 3% per jaar. Wordt de uitvaart door Monuta uitgevoerd, dan ontvangt de rechthebbende van het deposito met terugwerkende kracht een rente van 4% over het totale bedrag. Bij een overlijden hebben de nabestaanden recht op het gestorte bedrag inclusief de rente. Dit wordt niet uitgekeerd, maar wordt voldaan als u hiervoor een uitvaartrekening hebt ingediend. Bij een uitvaartverzekering heeft u recht op het verzekerde bedrag of de verzekerde diensten, ongeacht het moment waarop men overlijdt.

OOK EEN VRAAG?

Op www.monuta.nl vindt u antwoord op veelgestelde vragen. Zelf een vraag stellen? Ga dan naar monuta.nl/vraag