

Dragen

Het dragen van de kist

Tijdens de uitvaart wordt de overledene op een aantal plaatsen gedragen: meestal in de kerk, de begraafplaats aula en naar de laatste rustplaats. Het is een plechtig en indrukwekkend onderdeel van de uitvaartplechtigheid, dat goed moet verlopen. Daarom is het belangrijk om vooraf goed te bepalen wie er gaat dragen: zijn er genoeg broers, zussen of sterke kleinkinderen? Of maakt u liever gebruik van professionele dragers?

Professionele dragers

Het dragen van de overledene is vaak best spannend voor de nabestaanden. Professionele dragers kunnen deze zorg uit handen nemen en er zo voor zorgen dat u als familie de uitvaart op een ontspannen manier beleeft. Er zijn twee mogelijkheden: gebruik maken van een rijdende baar of het schouderdragen. Afhankelijk van het gewicht kan er gekozen worden voor 4 of 6 dragers. De kosten voor dragers zijn afhankelijk van hoe lang, en waar de werkzaamheden uitgevoerd moeten worden. Zijn de dragers alleen nodig op de begraafplaats, dan liggen de kosten rond de 50 euro per drager. Als zij ook in- en uitdragen bij een kerk of aula, dan zijn de kosten 75 à 100 euro per drager. In veel gevallen worden de kosten voor dragers vergoed door de verzekering, of zitten ze in het standaardtarief van de uitvaartondernemer.

Als de familie zelf draagt

Als gekozen wordt voor het zelf dragen, dan wordt vaak gebruik gemaakt van een rijdende baar. De overledene wordt direct vanuit de rouwauto op deze kar gezet. Dat maakt het dragen eenvoudiger, al zijn er vaak obstakels (smalle deurposten en hoge opstappen), waar de rijdende baar niet langs kan. Dan is met de hand tillen alsnog nodig. Dat geldt ook voor het tillen bij het graf: daar moet de overledene met de hand van de baar op het graf getild worden.

Aandachtspunten bij het zelf dragen zijn:

- De stabiliteit van het graf kan per situatie verschillen. Het is daarom belangrijk om altijd voorzichtig het graf op te lopen en de instructies van de uitvaartleider te volgen.
- Zorg dat de kist eerst helemaal recht voor het graf staat.
- Loop in gelijke pas het graf op.
- Houdt de kist op gelijke hoogte (laat u niet verleiden te bukken of de kist lager te houden).
- Zorg dat u de kist iets van u af houdt (zo voorkomt u dat degene die naast u loopt uit evenwicht raakt).
- Zet allemaal tegelijk de kist op de lift neer en zorg dat deze aan alle kanten genoeg ruimte heeft om te dalen.

Zelf schouderen

Het dragen op de schouder, het 'schouderen', wordt ervaren als een hele waardige manier van dragen. Het is mogelijk om dit als familie zelf te doen. U moet er dan wel rekening mee houden dat er enige oefening en kracht nodig is om dit goed te laten verlopen. Aandachtspunten zijn:

- Zorg dat de lengte van de deelnemende familieleden goed overeenkomt. Als het lengteverschil groter is dan 15 centimeter, is schouderen niet aan te raden.

- Zorg dat er minimaal 6 'dragers' zijn en zorg dat de langste mensen achteraan staan (bij het hoofdeind).
- Laat u door de uitvaartleider en eventueel andere aanwezigen helpen bij het omhoog brengen van de overledene.
- Zet uw binnenste arm tegen de onderkant van de kist en houdt met uw buitenste arm het handvat vast.
- Zorg dat u allemaal met dezelfde voet begint te lopen (bijvoorbeeld de linkervoet) en houdt deze pas aan. Als iemand uit de pas loopt zal de kist gaan hobbelen en pijn in de schouder veroorzaken. Wanneer dit gebeurt kunt u het beste even stilhouden en weer allemaal tegelijk uw pas beginnen.