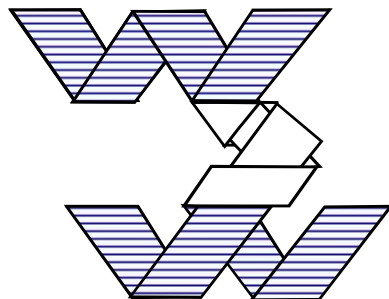




# VERENIGING VOOR WEDUWEN EN WEDUWNAARS

## NATIONAAL

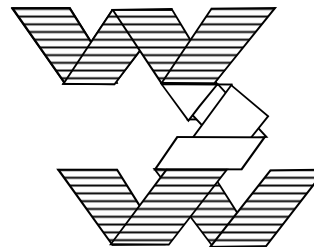


JAARGANG 41  
NUMMER 1  
APRIL 2021

Afzendadres: F. Dedrie, Dorpsstraat 18 bus 2 - 8680 Koekelare

Erkenningsnummer P308478  
VIERMAANDELIJKS TIJDSCHRIFT

AFGIFTEKANTOOR: 8680 KOEKELARE



WW-contactadressen uit alle provincies vindt u op de gele middenkatern.

In dit nummer vindt u:

Een WW'er vertelt: "Is er nog hoop?"	2
Leven na zelfdoding	4
Spiegelbeeld: Senioren	7
Eigen werking: "Dank-je-wel, WW"	8
Juridische rubriek	10
Meer steun na verlies partner? (wetsvoorstel)	11
Opvang bij WW: tien vuistregels	12

*Redactie: Frans Dedrie*  
*Typwerk en lay-out: Anne Mie Vercrusysse*  
*Organisatie rekening: Iban:BE49 8600 0480 0771*  
*(BIC: SPAABE22) van*  
*Vereniging voor*  
*Weduwen en Weduwnaars*  
*3010 KESSEL-LO*

**Website:**  
<http://www.weduwenenweduwnaars.be>



## EDITO

**Lieve vrienden,**

Er komt stilaan een einde aan ons isolement in een klein kringetje: we mogen weer met 10 personen, met inachtnaam van de regels, buiten met mekaar samenkomen. Een eerste stap naar wat meer vrijheid en gelegenheid om onze sociale contacten terug op te pakken. Want dat was toch moeilijk de voorbije maanden : quasi niemand “echt” kunnen ontmoeten, zelfs niet op veilige afstand.

Toch zal het nog een hele tijd duren eer alle beperkende maatregelen kunnen opgeheven worden en we weer ongedwongen mekaar kunnen zien, omhelzen en knuffelen, vieren en feesten, en alle uitgestelde en/of afgelaste fijne ontmoetingsmomenten kunnen inhalen.

We hebben allemaal, en vooral de alleenstaanden onder ons, enorm veel ingeboet in ons familiale en sociale leven, maar nu staat de deur dan toch op een kier naar verbetering!

Tegelijkertijd kunnen we nu stilaan de lente verwelkomen en uitkijken naar hopelijk veel mooi weer en het openbloeien van de natuur, zodat we weer kunnen genieten van allerlei buitenactiviteiten, ook in WW. De besturen zijn wel creatief genoeg om iets leuks te organiseren binnen de richtlijnen.

Nog een prettige paastijd en daarna een deugddoende en zonnige zomer!

**Frieda**

**Dank aan al onze bestuursleden voor hun onafgebroken inzet!!!**



## Een WW'er vertelt: “IS ER NOG HOOP...?”

*Het leven is een feest. Je hebt alles, een liefhebbende partner, lieve kinderen, familie, vrienden, burens, werkmakkers, geld, goed...*

*Het leven is een prachtig feest. Je hebt veel te doen, plannen zijn er genoeg. Je bent niet te stuiten. Je bent een gelukkig mens in een gelukkig gezin. En dan... dan ontvalt je jouw levenspartner...*

De wereld stort in elkaar. Je valt in een leemte, een oneindig diepe put. Alles is weg, je hebt niets meer, geen geluk, geen innerlijke vrede, geen rust. Geld en goed verliezen hun waarde. Het leven is zinloos geworden. Wat doe je hier nog?

**“Je ganse leven is dooreengeschied, zelfs de klok tikt niet meer als vroeger”**

Hoe moet het nu in godsnaam verder als alleenstaande met kinderen, in deze harde zakelijke maatschappij? Je ganse leven is dooreengeschied, niets is nog hetzelfde, zelfs de klok tikt niet meer als vroeger.

Er blijft steeds die lege plaats aan tafel en sinds die rampzalige dag eten zelfs de mussen liever bij de burens.

Na maanden weten de mensen nog niet wat te zeggen, hoe zich te gedragen. Moeten ze een eenzame uitnodigen? Moeten ze hem mijden? Waar blijven de vrienden van vroeger? Hoor je er nog bij? En de schuine moppen die je vroeger vertelde, blijken je nu te kwetsen.

Waar je ook komt, met de kinderen of zonder, steeds hoor je de mensen fluisteren. Je ziet hun lippen bewegen. Hun ogen branden in je rug. Je weet dat het over jezelf gaat. Je bent een attractie geworden. Maar stilletjes aan, zonder het eerst zelf te merken, ontwaak je uit die roes.

## Een WW'er vertelt: "IS ER NOG HOOP...?"

Je sluit je aan bij de WW. Er komen nieuwe vrienden en – blijft het nog zwaar bewolkt – hier en daar komen er zwakke zonnestralen door.

De gedachten worden geordend en je komt tot het besef dat je er moet zien uit te komen.

En er is een weg uit. Zelf de touwtjes in handen nemen. Mensen dwingen een standpunt in te nemen. Zelf even bellen. Opsluiten en afzonderen helpt niet meer. Het roer in handen nemen en voorwaarts gaan samen met de kinderen. Niet meer wachten, niet treuzelen, niet twijfelen, niet zeuren, maar doorgaan, onversaagd... Er blijft nog zoveel te doen.

En wie weet, ontmoet je op je weg een andere schipbreukeling, die net als jij verder wil. Deze tocht zal ongetwijfeld anders dan de eerste zijn. Vergeet dan niet waar je was en aarzel nooit loods te blijven voor anderen in duistere dagen.

Een WW'er.

**Een kikker viel in een melkkan en  
hoe hij ook zwom en zwom,  
kans op ontkomen zag hij niet.  
Met hangende pootjes  
liet hij zich wegzinken,  
de dood voor ogen.  
Zo voelde hij iets onverwachts:  
'Klonters', dacht hij.  
Dat gaf moed,  
hij spartelde en spartelde  
tot hij boter voelde onder zijn pootjes...  
En zo ontsprong hij de kan.**

## Leven na de zelfdoding van je partner



**Betty was dertig toen haar man Hugo een eind maakte aan zijn leven en aan vijf gelukkige huwelijksjaren. Hun dochtertje Kati was toen bijna drie jaar.**

**Betty vertelt:**

*"Een paar maanden voor zijn zelfdoding hadden we samen beslist dat Hugo psychologische begeleiding nodig had. Na een moeilijke jeugd werd hij nog steeds geplaagd door angstaanvallen en bleef hij achter met een heel laag zelfbeeld. Maar we trouwden, hielden van mekaar, voelden ons veilig samen en dachten dat de liefde alles zou oplossen.*

*Toen Kati geboren werd, kon ons geluk niet meer op. Maar na een groot jaar kwamen de depressies bij Hugo de kop opsteken. Toch heeft hij nooit het woord "zelfmoord" in zijn mond genomen en tot vlak voor zijn dood bleef hij plannen maken voor zichzelf, voor ons, voor de werken aan ons huis. We bleven hoopvol naar de toekomst kijken. Ik had zijn dood dan ook helemaal niet zien aankomen.*

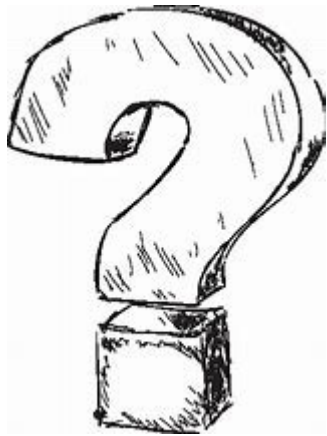
*Op een ochtend stond de politie aan mijn deur met het nieuws dat Hugo zich onder de trein had geworpen. Ik was verbouwereerd. De eerste weken bleef dat gevoel hangen. Ik had geen notie van wat ik moest doen of voelen. Je partner heeft zelfmoord gepleegd, hij heeft je alleen gelaten, hij heeft zijn dochter alleen gelaten...*

*Dat is toch on-be-grijpe-lijk. Je zoekt koortsachtig naar een 'waarom'. Die eerste maanden heb ik alles ondersteboven gehaald op zoek naar een aanwijzing, een tekst, een afscheidsbriefje, een paar woorden... Ik heb nooit iets gevonden.*

## Leven na de zelfdoding van je partner

*Ik heb in die periode ook zelf vaak gedacht aan zelfdoding. Wat loop ik hier nog te doen? Voor wie? Voor wat? Maar mijn dochtertje was mij daarvoor te dierbaar.*

### IK ZETTE DOOR, VOOR KATI



*Toch brengt ook net dat twijfels en vragen met zich mee. Hoe vertel je aan een kind van nog geen drie jaar dat haar papa dood was? Nee, ik kon haar dat niet aandoen.*

*Ik heb Kati de harde waarheid vijftien jaar lang verzwegen. Ik vertelde haar dat haar vader verongelukt was bij het oversteken van de spoorweg. Toen ze 18 was, heb ik haar verteld wat er echt gebeurd is.*

*Haar reactie was zoals de mijne aanvankelijk: één van ontkenning. Gelukkig hadden we een erg hechte band. Na veel lange gesprekken is ook zij het te boven gekomen, denk ik”.*

### TABOE

*“Bovenop je eigen verdriet word je bij zelfdoding dan ook nog geconfronteerd met het taboe dat er op rust. Nu is dat misschien iets minder, maar de geur van schaamte hangt rond je heen. Familie, bureu, vrienden zag je van alles denken, wegstijken, mijden.*

*Ze wisten niet wat te zeggen. Ikzelf durfde het huis bijna niet uit om niet geconfronteerd te worden met de vraag. ‘Hoe is uw man gestorven?’*

## Leven na de zelfdoding van je partner



*Ik weet zeker dat het verwerkingsproces anders was verlopen mocht ik op een ‘normalere’ manier weduwe zijn geworden. Mocht mijn man bijvoorbeeld gewoon verongelukt zijn of gestorven aan een ziekte.*

*Door die zelfdoding werd ik weg en weer geslingerd tussen een heel gevarieerd gamma aan emoties: van ongeloof tot ontkenning, complete wanhoop, schuldgevoelens, woede en na vele jaren een stuk bevrijdende aanvaarding. Het is natuurlijk ook wenen om je verloren ik. Je bent een stuk van jezelf kwijt. In een goede relatie word je gestimuleerd door je partner, ben je een klankbord voor elkaar. Wanneer je dat stuk verliest, moet je verder met enkel dat andere deel, moet je jezelf een stuk opnieuw ontdekken en dat kost heel wat doorzettingsvermogen”.*

*Bovendien is de maatschappij heel hard voor een alleenstaande vrouw. Je wordt niet meer gevraagd bij bevriende koppels, vrouwen gaan je beschouwen als een rivale... Je moet sowieso heel sterk staan, je moet van de ene dag op de andere alle beslissingen zelf nemen, je wordt overvallen door eenzaamheid...*

*Pas na vijf jaar heb ik eindelijk wat aanvaarding gevonden. Ik zag stilaan in dat de zelfdoding een bevrijding was voor Hugo, hij zat in een situatie die hij het hoofd niet kon bieden”.*

**Betty**

## SPIEGELBEELD

---

# Senioren...

De hoek van de straat lijkt me tweemaal verder dan vroeger.  
Er is zelfs een helling bijgekomen die ik tot hiertoe niet had opgemerkt...

Lopen naar de bus doe ik niet meer,  
hij vertrekt immers veel rapper dan voorheen...

Ik heb ook de indruk dat men tegenwoordig  
de treden van een trap veel hoger maakt dan destijds...

En, hebt u ook al opgemerkt dat de letters in de krant  
nu heel wat kleiner zijn dan vroeger..?

Het helpt niet eens om aan de mensen te vragen  
iets luider te spreken, iedereen spreekt zo stil  
dat er praktisch niet te verstaan valt...

De kleren die men nu maakt, zijn zo spannend,  
vooral in de lenden en op de heupen,  
dat ze zeer onaangenaam te drogen zijn...

Ook de mensen zelf zijn veranderd.  
Ze lijken wel veel jonger dan toen ik hun leeftijd had.  
Anderzijds lijken de personen van mijn leeftijd  
heel wat ouder dan ik.

Een paar weken geleden heb ik een oude vriendin ontmoet.  
Ze was zodanig verouderd dat ze me niet eens herkende!

Ik dacht aan dit alles toen ik deze morgen voor de spiegel stond.  
Raar maar waar: tegenwoordig zijn de spiegels van mindere kwaliteit dan  
zeventig jaar geleden...

## EIGEN WERKING: “Dank-je-wel, WW”

---

### *De geboorte van mijn nieuwe ik:*

16 jaar geleden, na een ziekte van nog geen half jaar is mijn man  
overleden. Een verhaal dat voor geen van jullie allen vreemd in de  
oren klinkt.

We hadden geen kinderen, dat was  
iets waar we samen heel veel ver-  
driet om hadden. Maar hierdoor is  
de band die we samen hadden nog  
veel sterker geworden. We deelden  
alles samen. Eigenlijk leefden we  
als in een sprookje. We leerden  
genieten met ons twee. We zorg-  
den voor onze dieren. We genoten  
van de kinderen van onze familie  
en vrienden. Toch blijven sprookjes niet duren. Er kwam veel te vlug  
een eind aan. Vanbinnen stierf ik samen met mijn man.



Een half jaar lang zocht ik een weg, mijn familie en vrienden waren  
er altijd voor mij. Ik was dood, ik werd geleefd. Niemand zag hoe  
erg het met mij was gesteld. Ik wilde zelf eigenlijk niet meer verder  
leven. Ik had wel niet de moed om er uit te stappen.

Op een dag zag ik een advertentie: weduwen en weduwnaars die sa-  
men komen.

Er bestond een groep mensen met allen hetzelfde probleem als ik. Ik  
ben er naar toe gestapt. Mannen en vrouwen, met en zonder kin-  
deren. Allemaal hadden ze hun partner verloren.

Ik praatte links en rechts. Wat schrok ik: zoveel verhalen, zoveel  
verdriet, allen hadden ze hun eigen verhaal en allen misten ze hun  
partner.

## EIGEN WERKING: “Dank-je-wel, WW”

De eerste keer wist ik eigenlijk niet wat er gebeurde. Ik zag mensen die lachten om een grapje. Ze spraken van uit eten gaan, samen gaan wandelen en zelfs over dansen. Allemaal dingen die je samen met je partner hoort te doen. Dat kan toch niets voor mij zijn, dacht ik.

Ze konden mij overtuigen om nog eens terug te komen, en nog eens en nog eens. Ik ging al eens mee eten, wandelen en uit dansen. Dikwijls dacht ik wel: wat kom ik hier doen??? Maar telkens ging ik terug.

Op den duur keek ik er naar uit om met die mensen samen te zijn. Ik had een doel voor ogen: samen iets doen met lotgenoten. Het was net of ik weer werd geboren. De mensen die ik daar rond mij had, ik heb ze in mijn hart geborgen als mijn iegen familie. En mijn familie is voor mij het allerbelangrijkste op aarde.

Ik heb intussen mijn leven weer op rails gezet, ik ben verder gegaan met een andere man: hij had al een dochter uit zijn vorig huwelijk. Zo heb ik nu een dochter, een schoonzoon en ben ik reeds bomma. Samen kunnen we genieten van het leven en praten over hoe het vroeger was.

Bedankt WW: jullie waren de draagmoeder van mijn nieuwe ik.

Bedankt WW: jullie voedden mij met nieuwe levensenergie.

Bedankt WW: jullie leerden mij lopen in mijn nieuwe wereld.

**Een ex-WW'er.**

*Een schouderklopje heeft nog nooit  
iemand verwond (BZN)*

## Juridische rubriek

### Moet u een erfenis aanvaarden?



U hoeft een erfenis niet te aanvaarden. Als erfgenaam hebt u de mogelijkheid de erfenis te aanvaarden, te aanvaarden onder voorbehoud van boedelbeschrijving en te verwerpen. Als u de erfenis aanvaardt, staat u ook in voor betaling van alle schulden. Als die schulden hoger zijn dan de waarde van de erfenis, dan moet u bijbetalen. Als u dus niet zeker bent of er schulden zijn, kan u beter aanvaarden onder voorwaarde van boedelbeschrijving. In dat geval moet u nooit meer betalen dan de waarden van de erfenis. Maar als u weet hebt van massa's schulden, kan u de erfenis beter meteen verwerpen.

Dit gebeurt op de griffie van de rechtbank van eerste aanleg waar de erflater zijn woonplaats had. Let wel: als u de nalatenschap aanvaardt, kan u ze in principe niet meer verwerpen. Als de erfenis werd verworpen, kan u niets meer ontvangen uit deze nalatenschap.

### Schenking

Schenken is een manier om tijdens uw leven uw bezittingen geheel of gedeeltelijk tussen de erfgenamen te verdelen. Zo kunt u de kans op twisten en discussies verminderen als u er niet meer bent. Een schenking biedt u ook de mogelijkheid om uw erfgenamen successierechten te besparen. Als u drie jaar na de schenking nog in leven bent, wordt in de berekening van de successierechten geen rekening meer gehouden met wat vooraf geschonken werd. Overlijdt u vroeger, dan gaat het fiscale voordeel verloren.

Voor meer informatie over erfenissen, testamenten en schenkingen kunt u terecht bij uw notaris of bij de Koninklijke Federatie van het Belgisch Notariaat (via de website [www.notaris.be](http://www.notaris.be)).

## Wetsvoorstel: meer steun na verlies partner?



*Voor weduwen en weduwnaars komt bovenop het verlies van een partner vandaag nog een pak administratieve en financiële miserie. Daar wil CD&V-Kamerlid Nahima Lanjri nu komaf mee maken.*

Lanjri wil onder meer de overgangsuitkering verlengen. Wie jonger is dan 48, krijgt nu een financiële overbrugging van 24 maanden als er kinderen in het spel zijn. Voor wie kinderloos is, is er een overbrugging van 12 maanden.

Lanjri wil die termijnen optrekken naar 36 maanden en 18 maanden.

Ook het overlevingspensioen wil ze bijsturen.

Dat geldt voor wie ouder is en loopt onbeperkt in de tijd, maar mag je slechts beperkt combineren met werken. Wie meer verdient, verliest zijn uitkering.

“We willen die bedragen van wat je kan bijverdienen optrekken. Iedereen moet die keuze vrij kunnen maken, zonder te vrezen voor financiële katers.”

En tot slot kaart Lanjri ook het probleem aan met de belastingen. Die uitkeringen gelden bruto, dus vaak komen nabestaanden in een hogere loonschaal terecht en moeten ze een pak belastingen bijbetalen. “Een koude douche” zegt Lanjri. “Soms is het bedrag zo hoog, dat ze het niet kunnen betalen”.

**(Bron: Het Nieuwblad 15/03/21)**

## TIEN VUISTREGELS VOOR OPVANG BIJ WW



*Wie de eerste stap naar de groep zet, koestert heel wat verwachtingen. Veelal is het van groot belang “HET” eens te kunnen vertellen aan lotgenoten. De opvang is niet altijd even gemakkelijk. Maar oog en oor hebben voor “nieuwkomers” is de opdracht van alle WW'ers. Wellicht kan deze raad wat helpen.*

1. Geef veel tijd.
2. Doorbreek het zwijgen. Laat het verdriet altijd helemaal uitvertellen, zwijg zelf en onderbreek nooit.
3. Laat schuldgevoelens helemaal uitspreken. Niet dadelijk sussen, minimaliseren en relativëren. Bekennen en belijden bevrijdt.
4. Geef niet meteen antwoord op de waarom-vragen. Eerst helemaal luisteren en mensen helpen om met die vragen te leven.
5. Laat mensen iets doen rond het verlies: haal ze uit de verlamming en de inactiviteit.
6. Durf aan huis te gaan bij mensen die een verlies betreuren. Nooit denken: “Misschien doe ik ze wel pijn”. Blijven gaan, ook als iedereen denkt: “Nu zijn ze er toch al over heen”.
7. Vraag u nooit af: “Wat zal ik zeggen?” U hoeft niets te zeggen, u moet alleen luisteren.
8. Schrijf een jaar nadien een kaartje met een vriendelijk woord of een herinnering aan de dode.
9. Spreek niet uitsluitend over de overledene maar tevens over het verdriet van de anderen.
10. Kom niet met religieuze verklaringen als je het anders nooit doet of als je er zelf maar half in gelooft. Maar als je zelf gelooft: zeg rustig waar jij je sterkte en troost haalt.

**(Uit: “Afscheid nemen: Leven met onmacht”)**

# ZALIG PAASFEEST!!!

- \* *moederdag:*    *PROFICIAT aan al onze  
ww-mama's & oma's*
- \* *vaderdag:*    *PROFICIAT aan al onze  
ww-papa's & opa's*

## Lotgenoten

Lotgenoten, liever niet gehad natuurlijk  
Maar toch blij dat ze er zijn.  
Zoveel begrip, zoveel herkenning  
Hetzelfde verdriet, dezelfde pijn.

Een rots in de branding op elk moment  
Als het even niet meer gaat....  
Een lief woord, een luisterend oor  
Of iemand die even met je praat!

Het niet steeds hoeven uit te leggen  
Wat je dagelijks altijd voelt  
Niet ongevraagd advies of medelijden  
Hoe goed dat soms ook is bedoeld!

Neen, alleen een blik of enkel woord  
En de ander weet exact wat ik bedoel.  
Dat is de steun die mij er doorhelpt  
Geloof me, het scheelt een heleboel!

Annick



*Elke dag opnieuw*

*bewijst de*

*Vereniging*

*voor*

*Weduwen en Weduwnaars*

*de noodzaak*

*van haar*

*bestaan...*

