



Laatste  
Levensfase  
Doula

**CHECKLIST:**  
**Overleden en nu?**



# Laatste Levensfase Doula

## De eerste momenten:

- Neem een moment van rust en stilte. Laat het overlijden op u inwerken. Er is geen haast. Deel eventueel mooie dingen over de overledene.
- Bel familie en vrienden.
- Bel de (huis)arts: om het overlijden vast te stellen.
- Bel een uitvaartondernemer, nadat de arts de Verklaring van overlijden heeft ingevuld. Dat kan 24/7.  
Tip: je bent niet verplicht om de uitvaartondernemer te kiezen waarbij de overledene verzekerd is. Je bent vrij om te kiezen voor een (andere) uitvaartondernemer.
- Verzorg de overledene, als dit een wens is (eventueel met de verpleging of uitvaartondernemer).
- Wensen t.a.v. kleding, kapsel, sieraden van de overledenen, e.d.
- Lichaam overbrengen naar uitvaartcentrum of thuis opbaren.

## Documenten:

- Check of er een donorregistratie is. Vraag of de huisarts hiermee helpt.
- Verzamel trouwboekje (indien aanwezig), paspoort of ID, polis(sen) van uitvaartverzekering(en).
- Controleer of er een testament is. Navragen kan bij: Centraal Testamenten Register.
- Uitvaartwensen.
- Adreslijst voor rouwkaarten.
- Is er een uitvaartverzekering? Is er een polis?

## De uitvaart (uiterlijk 6 werkdagen na overlijden):

- Begraven kerkhof of natuurbegraafplaats.
- Grafsteen
- Cremeren.
- Urn
- Locatie afscheidsdienst.
- Adreslijst afscheidsdienst.
- Rouwkaart.
- Adreslijst rouwkaart.
- Rouwadvertentie.
- Hoe opbaren (kleding, kapsel, make up, sieraden).
- Kist of mand.
- Bloemen.
- Muziek.
- Sprekers.
- Vervoer.
- Adreslijst afscheidsdienst.



# Laatste Levensfase Doula

## Instanties informeren (hiervoor is de verklaring van de huisarts nodig):

- Aangifte doen bij de gemeente (uitvaartmaatschappij kan hierbij helpen). De gemeente geeft de "Akte van overlijden".
- De gemeente geeft het overlijden ook door aan andere overheids-organisaties zoals Sociale Verzekeringsbank (SVB) voor uw ANW-uitkering en wezenuitkering voor kinderen, UWV en Belasting.
- Verzekeringen. Tenaamstelling veranderen bij lopende verzekeringen. Uitzoeken of er een verzekering is kan via <https://zoekservice.vanatotzekerheid.nl/>. (Denk aan: opstal-, brand-, WA-, reiskosten-, rechtsbijstandverzekering, maar ook aan autoverzekering en lijfrenteverzekering, e.d.)
- Werkgever of uitkeringsinstantie.
- Pensioenfondsen voor Nabestaandenpensioenen.
- Verhuurder of de woningbouwvereniging.
- Hypotheekverstrekker. Ook voor de Overlijdensrisicoverzekering.
- Tandarts.
- Andere hulpverleners.
- Abonnementen/lidmaatschappen/donateur (eventueel te zien via bankafschrift).
- Beslis wat te doen met eventuele Social Media-accounts (Facebook, Instagram, LinkedIn, Youtube, Twitter, Pinterest, TikTok, Snapchat, etc.)
- Website.
- E-mailaccounts opzeggen.

## En verder:

- Verklaring van erfrecht. Dit wordt door de notaris gedaan. (Wie is overleden, wie is de partner, zijn er kinderen, wie zijn de erfgenamen). Eventueel met boedelvolmacht.  
De verklaring is nodig om b.v. geblokkeerde bankrekeningen op te heffen of om papieren te wijzigen die op naam van de overledene staan.
- Laat de notaris navragen of er leningen zijn.
- Let op: een erfenis kunt u zuiver aanvaarden, beneficiair aanvaarden of verwerpen. Als u zich spullen van de overledene toe eigent, al is het een klein voorwerp, betekent dat dat u de erfenis zuiver aanvaardt, dus ook eventuele schulden. Laat u adviseren door een notaris. Raadpleeg [www.rechtspraak.nl](http://www.rechtspraak.nl)
- Kenteken van de eventuele auto binnen 5 weken na overlijden overschrijven op andere naam. B.v. van de partner.
- Voogdij minderjarige kinderen.
- Ondersteuning nodig? Regel thuiszorg of gezinshulp.
- Post door laten sturen.
- Koninklijke onderscheiding? Deze moeten terug gestuurd worden ([www.lintjes.nl](http://www.lintjes.nl)).



# Laatste Levensfase Doula

## Overheid en uitkeringen:

- Aanvragen, als u recht heeft op een overlijdensuitkering ontvangt u automatisch bericht van het UVW of SVB.
- Nabestaanden of wezenpensioen.

## Komt u in aanmerking voor:

- Subsidieregeling na wegvallen inkomen.
- Sociale uitkering.
- Zorgtoeslag.
- Huursubsidie.
- Tegemoetkoming in studiekosten.
- Verlaging van belastingtarieven.

Via <https://berekenuwrecht.nibud.nl/introductie> kunt u controleren op welke tegemoetkomingen u recht heeft.

## Verzekeringen en belastingen:

- Verzekeringen nu premievrij?
- Aangifte inkomstenbelasting en successierecht.

## Bank:

- Tenaamstelling van rekeningen.
- Banksaldi per overlijdensdatum.
- Openstaande posten.
- Automatische incasso gas, water, licht etc.
- Andere rekeningen. Controleer via [www.slappendetegoeden.nl](http://www.slappendetegoeden.nl)
- Rekeningen opheffen.
- Lopende schulden?
- Kwijtschelding mogelijk?
- Bankkluis?
- Onroerend goed, effecten, en effectendepots.

Vraag financieel advies!

## Eigen bedrijf:

- Naam.
- Kamer van Koophandel-nummer.
- Wie neemt bedrijf over?
- Hoe zijn zaken geregeld?
- Belastingen. Evt. een accountant, adviseur?
- Overig.





# Laatste Levensfase Doula

MAAR VOORAL .....

## NEEM TIJD VOOR UZELF!

- Ga op tijd naar bed.
- Eet en drink .....en eet en drink gezond.
- Zorg voor contact met andere mensen en laat u helpen.
- Zoek tussendoor ontspanning om op te laden, want u heeft deze energie zó ontzettend hard nodig: luister naar muziek, doe een 'powernap', ga de natuur in, neem een warm bad, schrijf uw gedachten op, neem de fiets, ga naar de sauna, pik een terrasje, kijk een film, etc.

## ZORG HET BESTE VOOR UZELF!

[www.laatstelevensfasedoula.nl](http://www.laatstelevensfasedoula.nl)

Mw. Tiny Ritterbeeks

Mesweg 5

6336 VS Hulsberg

Tel. 06 – 46 15 68 32