



Rouwen en Vieren: Niet in je Eendje

Eend van Herinnering

Iedere deelnemer krijgt een zwarte eend en schrijft op de buik van de eend de naam van iemand die zij missen. Deze eend wordt in stilte neergelegd op een centrale plek – een fontein, een altaar van stenen, of een boom. Aan het eind leest iemand (indien gewenst) de namen voor.

Doel: gezamenlijk gedenken in stilte en aanwezigheid.

Troostocht met Eendjes

Een wandeling waarbij iedere deelnemer een eendje meedraagt. Onderweg zijn er momenten van stilstand, met reflecties op verlies, herinnering en dankbaarheid. Aan het eind laat je je eendje achter in de natuur of op een gedenkplek.

Doel: symbolische reis van rouw naar verbinding.

Verlies in Verf

Iedereen verft zijn zwarte eendje met kleuren of symbolen die hun verlies representeren. De eendjes worden vervolgens opgesteld als tijdelijke installatie.

Doel: rouw uitdrukken via beeld en kleur.

Vriendeneend

Iemand die rouwt krijgt van een ander een gele eend met een persoonlijk bericht of herinnering eraan vastgebonden.

Doel: laten voelen dat je er niet alleen voor staat.

Vuur en Veer

Iedereen schrijft een boodschap aan wie ze missen, bindt die aan een feestelijk eendje, en legt het in een kring. De briefjes worden symbolisch verbrand, de eendjes blijven.

Doel: loslaten en vieren wat geweest is.

Rouwtafel – Eén stoel extra

Een gezamenlijke maaltijd met lege stoelen aan tafel. Op elke lege stoel staat een eendje. Er is ruimte voor verhalen, herinneringen en stiltes.

Zwarte eend: wie je mist. Gele eend: wie er voor je is. Gekleurde eend: het leven dat doorgaat.

Doel: delen van verlies en leven in gemeenschap.

Eendjesritueel bij Zonsondergang

Op een stille plek worden eendjes neergezet of te water gelaten. Deelnemers spreken of denken een herinnering, wens of dankwoord uit.



Doel: verbinden met wat niet meer is en wat blijft.

Feesteend voor het Leven

Na het rouwmoment krijgt iedereen een feestelijk versierde eend als symbool van vreugde, hoop en het leven dat doorgaat.

Doel: het vieren van licht na het donker.

Eendje-op-je-pad

Eendjes met kleine kaartjes worden verspreid in de stad of op de campus. Wie er een vindt, mag het houden of verder laten reizen.

Doel: onverwachte troost en herkenning verspreiden.

Rite de Passage – Samen Zwemmen

Zwarte, gele en gekleurde eendjes worden tegelijk te water gelaten. Er klinkt muziek of een tekst. Deelnemers zijn getuige van het ritueel.

Doel: symbolisch samenzijn rond verlies én het leven.

