12 APRIL 2018 | #1087

Huisgenoot

FACEBOOK: Ja, jy's nié veilig nie – beskerm jouself so

SKANDAAL OOR SA SE RYKSTE

DIE DONKER VERHAAL AGTER ELON MUSK SE 'BOSE' PA WAT BABA BY SY STIEFDOGTER VERWEK

Naastes onthul: 'Errol het die mooie Jana se lewe verwoes'

WELKOM, BABA ELSA!

DIS 'N DRIEDUBBELE DOGTERTJIEFEES VIR MINKI EN MANLIEF ERRIE

BLES BRIDGES SE KLEINDOGTER

Beeldskone Ashleigh se lewe in Amerika

'Haar oupa se asem, sy pop, sy alles'

JASON ROHDE

Als oor opspraakwekkende saak teen gevalle sakeman

Familiegeheime, skokonthullings en 'n intrige wat net verdiep

R26,30 (BTW INGESLUIT) NAMIBIË N$28,50
15087

DIE WENKOEKE

Susan Marais se pikswart wenkoek stel 'n Familiebybel voor.

Wynand Strydom van Karma Foods met hul naaswennerkoek.

Nthabiseng Motloutsi se doodskiskoek het derde gekom.

DAG VIR PRAAT OOR DIE DOOD

By SA se eerste Doodskafee was tee, koeke met 'n doodstema en gesprekke oor die gevreesde onderwerp Deur **MARLISE SCHEEPERS** Foto's: **SHARON SERETLO**

DIT voel kompleet soos 'n begrafnis, maar niemand is dood nie. Ook is niemand hier om die laaste eer aan 'n geliefde te betoon of 'n traan te stort nie.

Tog is die dood op almal se lippe, die gesprekke ernstig en die atmosfeer somber – nes die koeke waarby 'n mens in die voorportaal verbyloop. Op twee tafels met wit tafeldoeke oor staan hulle ingeryg, elk met 'n doodstema: een met 'n skelet, nog een met 'n doodsengel wat 'n sekel vashou en selfs koeke met dooie figure daarop.

Die 12 koeke is almal ingeskryf vir 'n koekbakkompetisie hier in Suid-Afrika se eerste Doodskafee. Al is hier koek en later ook tee, is dit geen kafee in die gewone sin van die woord nie, maar 'n byeenkoms op 'n sonnige Saterdagoggend in 'n hospies in Centurion.

"Kom geniet 'n oggend met tee, koek en gesels moedig oor een van die mees gevreesde onderwerpe: die dood," het die uitnodiging gelui. "Ons het kenners genooi om alle aspekte van die dood met jou te bespreek."

Al is so 'n "Doodskafee" iets nuuts vir Suid-Afrikaners, word dit reeds in 52 lande gehou. 'n Britse leukemielyer, Jon Underwood, het in 2010 met dié idee vorendag gekom. Hy het sewe jaar later ná 'n lang stryd teen bloedkanker gesterf.

Met dié Doodskafee wou Jon mense – meestal vreemdelinge – bymekaarkry om "koek te eet, tee te drink en oor die dood te praat", juis omdat dit so 'n sensitiewe onderwerp is wat nie altyd openhartig bespreek word nie.

Dis 'n onderwerp wat beslis aangeroer moet word, sê Annette Reed, die hospies se hoofbestuurder. "Ons moet mense se vrees vir die dood konfronteer."

Hier by die hospies is geen inwonende pasiënte nie, maar hul personeel gaan ondersteun daagliks terminaal siek pasiënte en hul naasbestaandes tuis, ook met hul rouproses.

'n Geleentheid soos vandag se Doodskafee maak die onbekende 'n bietjie draagliker vir almal wat deur die dood geraak word, meen Annette.

Of soos Charlotte van Coller, die hospies se bemarker, dit stel: "Jy moet die bul by die horings pak wanneer 'n moeilike kwessie jou in die gesig staar."

STAP 'n mens die hospies se konferensiesaal binne, lyk die tafels met hul liggeel tafeldoeke en blommerangskikkings byna vrolik.

Daar is 'n roesemoes van stemme, want om die tafels het mense aan die gesels geraak. Hier is altesaam sowat 30 vroue en plek-plek ook 'n man

HOOFFOTO: Annette Reed, die Centurion-hospies se hoofbestuurder, wat die dag gereël het. LINKS: Die beoordelaars was (van links) Ina Strydom, Riva Schoeman en Mornez du Raan.

NOG KOEKE

Van die deelnemers aan die bakkompetisie het gesê dit was vir hulle terapeuties om 'n doodskoek te bak. Die beoordelaars moes omtrent kopkrap om die wenners te kies.

- van jong volwassenes tot gryskoppe.

Almal het iets gemeen: die besef dat die dood hulle of 'n geliefde in die gesig staar. Óf hulle ly self aan 'n terminale siekte óf hulle het 'n naasbestaande aan die dood afgestaan óf hulle steun iemand wat terminaal siek is. Tog vloei geen trane nie toe hulle later een-een opstaan om oor hul ervaring van die dood te praat.

Aan 'n tafel voor in die saal sit die Johannesburgse sielkundige berader Aderyn Exley en sielkundige dr. Hannetjie Edeling. Hulle sal die gesprekke fasiliteer, want al is die dood voorop in almal se gedagtes, bly dit 'n onderwerp wat swaar op die tong lê.

Om die ys te breek, laat Aderyn en Hannetjie elkeen 'n voorwerp van 'n tafel voor in die saal kies wat vir hulle die dood simboliseer. Daar is van plastiekdiere en sagtespeelgoed tot juwele.

'n Rubberslang is vir Sally Thompson van die Witwatersrandse hospies 'n simbool van die dood. "Dit laat my dink aan Cleopatra wat haarself met slanggif vergiftig het. Sy is in styl oorlede," sê Sally van die Egiptiese heerser wat volgens oorlewering haar eie lewe geneem het.

'n Engelfiguur laat Sebrena Sodalay aan die dood dink. 'n Familielid het gevorderde borskanker. "Die dood bring ons bymekaar, want dis ons gemene deler," sê sy. "Die dood bring nederigheid en menslikheid in jou na vore."

Adelyn en Hannetjie doen die meeste van die praatwerk en bespreek emosiebelaaide vrae soos: "Wat is die nalatenskap wat jy wil agterlaat?" En: "As jy siek word, wat in jou lewe sal betekenisvol genoeg wees vir jou om aan te hou leef?"

'Die dood bring ons bymekaar, want dis ons gemene deler'

Hulle roer ook praktiese sake aan: Is al jou papierwerk op die hoogte? Wanneer besluit jy dis tyd om na 'n hospies te gaan? "Wat moet gebeur as jou lewensgehalte geraak word?" vra Hannetjie.

Sy beveel aan dat 'n mens vroegtydig jou wense duidelik maak aan jou dokter vir wanneer jy nie langer self besluite kan neem nie en byvoorbeeld aan 'n asemhalingsmasjien gekoppel is.

"Praat met jou familie en kies 'n persoon wat namens jou besluite kan neem sodat almal weet wie dit is en daar nie 'n familietwis ontstaan nie," sê Aderyn.

"As julle saamwoon, moet jy 'n dokument opstel as jy jou lewensmaat die nodige regte wil gee om namens jou besluite te neem," gee sy verder raad.

Dit is ook belangrik om jou dokumente op 'n plek te bêre waar jou naasbestaandes dit maklik kan kry.

NES ná 'n begrafnis gewoonlik toebroodjies en tee vir die begrafnisgangers regstaan, breek teetyd ná die ernstige bespreking aan. Maar die eetgoed is nie sommer net driehoektoebroodjies nie.

Die koeke met hul doodstema word gesny en geëet nadat die wenners van die koekbakkompetisie aangekondig is. Die wenkoek is swart en stel 'n Familiebybel voor. Dis die handewerk van Susan Marais (56), 'n kleuterskoolonderwyseresvan Moreletapark, Pretoria.

Sy het dit opgedra aan haar ma, Tienie Bothma, wat twee jaar gelede op 84 oorlede is nadat haar organe ingegee het.

"Toe ek die koek bak, het dit my gehelp om my ma se dood te verwerk," sê Susan.

"My ma was in 'n versorgingseenheid en haar kamer het op die hek uitgekyk. Sy het altyd gesien hoe die lykswa in- en uitry; dan het sy gewonder wie volgende is. Dit was vir haar traumaties.

"Teen die einde sou die dokters sê ons moet ons voorberei, maar dan trek sy weer deur. Sy het tot die einde geveg."

'n Donker koek met 'n doodsengel van 'n plaaslike kosonderneming, Karma Foods, wen die tweede prys. Albei wenners word met 'n geskenkbewys van 'n apteekgroep vir hul moeite beloon.

Nie net was die koeke lipleklekker nie, sê Riva Schoeman, 'n omroeper van GrootFM en een van die beoordelaars; die Doodskafee was ook vir haar 'n aangename geleentheid om by te woon.

"Mense vermy dit, maar dit is belangrik om oor die dood te praat," verduidelik Riva, wat nog nie self 'n geliefde aan die dood afgestaan het nie.

"Ons moet die beste maak van ons tyd hier en nie mense verward agterlaat nie. So 'n dag laat 'n mens besef hoe kort die lewe is. Elke dag is kosbaar. Jy moet by jou mense staan en hulle steun."

Ook Charlotte meen hul eerste Doodskafee was 'n groot sukses; trouens, al sal die idee baie mense dalk as effe aweregs of selfs morbied opval, wil hulle nou elke drie maande so maak. ■