



Nieuws

27 januari Leiden: Rouwen, hoe doe je dat?

04-01-2019

In gesprek: Rouwen, hoe doe je dat? Met Nelleke van der Oord (Humanitas Rijnland) en Esther Zwartepoorte

Hoe ga je om met rouw?

Het zou natuurlijk mooi zijn als je er een handleiding bij kreeg. Zodat je volgens het boekje kan rouwen en alles weer normaal wordt. Helaas werkt het niet zo. Uiteindelijk rouwt iedereen anders. Toch zijn er ook veel overeenkomsten die herkenning kunnen oproepen. In het nabestaandencafé willen we met elkaar delen hoe je dat doet: rouwen!

Rouwen is iets dat bij het leven hoort. Het nabestaandencafé is een café waar themabijeenkomsten plaats vinden voor mensen die een naaste hebben verloren.

Het nabestaandencafé vindt plaats om de zes weken op zondagmiddag. Het is bedoeld om steun te bieden aan mensen die een rouw- en verlieservaring hebben. Bij elke bijeenkomst wordt onder professionele begeleiding een ander thema besproken. Naast inzicht en informatie wordt ruimschoots gelegenheid geboden voor het uitwisselen van ervaringen met lotgenoten en vrijwilligers. Nieuw dit jaar zijn de twee bijeenkomsten waarin vooral het gesprek met elkaar centraal staat.

- De inloop is vanaf 14.00 uur met een kopje kofte of thee.
- Het programma start om 14.30 uur en duurt tot 16.00 uur.
- Vooraf aanmelden is niet nodig.

Het verlies van een naaste is een ingrijpende gebeurtenis. Het kan je leven compleet op de kop zetten. De wereld ziet er anders uit en prioriteiten verschuiven. Wat eerst belangrijk leek, is dat ineens niet meer. Hoe ga je om met deze ingrijpende verandering, hoe ga je om met rouw?

*‘Rouwen is iets dat bij het leven hoort.
Het gaat over liefde en verbinding en het
verlies ervan, over wanhoop en hoop,
over kwetsbaarheid en kracht.’*

Uit: Maes, J. & Modderman, H. Handboek Rouw

Elk mens maakt het in zijn leven mee. De manier waarop we het beleven, de manier waarop we er een antwoord op geven is echter voor ieder anders. Belangrijk is dat mensen in rouw gezien en gehoord worden, dat ze op



Uitvaart Informatie Hulplijn

Voor al uw vragen rondom overlijden, uitvaart en nazorg

eigen wijze mogen rouwen en dat daar begrip voor is.

Met het nabestaandencafé willen we een plek bieden waar

- mensen met een rouw- en verlieservaring steun en een luisterend oor kunnen vinden in een warme, veilige omgeving.
- aan de hand van een thema informatie gegeven en inzicht geboden wordt in wat rouwen kan betekenen in de praktijk van alledag.
- ruimschoots gelegenheid is om elkaar te ontmoeten, ervaringen uit te wisselen en mogelijk her- en erkenning te vinden in elkaars verhalen.

De bijeenkomsten van het nabestaandencafé worden inhoudelijk voorbereid en georganiseerd door vertegenwoordigers van: Libertas Leiden, Radius, Humanitas Rijnland, GGZ Rivierduinen, Issoria en begraafplaats Rhijnhof.

Bij elke bijeenkomst is een vaste gastheer aanwezig en een aantal vrijwilligers van de verschillende organisaties.

BELANGRIJK!

Het programma kan wijzigen. Raadpleeg daarom altijd even: |

www.nabestaandencafeLeiden.nl of mail met info@nabestaandencafeLeiden.nl

Theehuis Veldheim

Laan te Rhijnhof

2332 HZ Leiden

Graag persoonlijk contact? De Uitvaart Informatie Hulplijn is 24 uur per dag 7 dagen per week telefonisch te bereiken op ons gratis telefoonnummer **0800 - 4444 000**. U kunt ons ook mailen via

info@uitvaartinformatiehulplijn.nl