

Rouwverwerking

2023



www.welzijnbergen.nl



**Stichting
Welzijn
Bergen**

Wat deelnemers vonden van deze cursus:

'Wat kunnen jullie goed luisteren; ik mag gewoon mijn verhaal vertellen'

'Ik ging met buikpijn naar jullie toe, maar voel me nu zo opgelucht'

'Wat kon ik verwachten; het voelt zo bevrijdend'

'Huilen en lachen, het kan allemaal'

'Het delen van verdriet, ik merk dat er herkenning is bij anderen'

'Ik kan hier steeds aan mijn verdriet woorden geven, het is altijd goed'

Hulp bij rouwverwerking

Rouwen is: het verwerken van een groot verlies van een dierbare. Rouw geeft emoties, zoals verdriet, somberheid en boosheid.

Je leven is ingrijpend veranderd, je wordt je bewust van het feit dat het verlies onomkeerbaar is. Je neemt rouw overal mee naar toe. Het is een proces dat veel tijd vraagt, het doet pijn en het maakt eenzaam. Sommigen vinden hun weg hierin, praten met familie en vrienden en hebben steun aan de omgeving. Voor wie daar behoefte aan heeft kan het ook fijn zijn buiten de eigen kring hulp te krijgen.

Welzijn Bergen biedt, in samenwerking met Jannie Meijer en Annebee Gelderman van 'Ondersteunend bij verlies' een serie van 6 bijeenkomsten aan, waarbij onder deskundige begeleiding en in een veilige omgeving deelnemers worden geholpen hun verlies bespreekbaar te maken en het wat draaglijker te maken. Vertrouwelijkheid en vertrouwen staat hierbij hoog in het vaandel.

Wanneer en waar

De bijeenkomsten starten 6 maart 2023. Er is plaats voor 5-8 deelnemers. Een bijeenkomst duurt maximaal 2 uur.

De kosten bedragen € 95,-- voor zes bijeenkomsten. Afhankelijk van de aanmeldingen zullen de bijeenkomsten plaatsvinden in Bergen, Egmond of Schoorl.

Heeft u belangstelling en/of wilt u meer weten?

Bel op werkdagen tussen 09.00 en 12.00 uur naar 072 – 5095267, of mail contact@welzijnbergen.nl

Heeft u vragen?

Neem dan gerust contact op met één van de wijksteunpunten van Stichting Welzijn Bergen.

Op werkdagen tussen 09.00 en 12.00 uur bereikbaar op:

Wijksteunpunt Bergen: T 072 - 582 14 50

Binnenhof 9-11, 1861 JW Bergen

Wijksteunpunt Egmond: T 072 - 506 52 04

Hanswijk 1B, 1934 CP Egmond a/d Hoef

Wijksteunpunt Schoorl: T 072 - 509 52 67

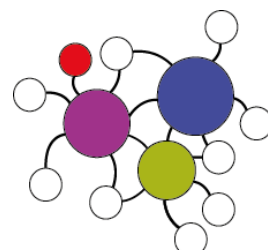
De Sanderij 7, 1871 ER Schoorl

U kunt ook informatie vragen bij:

Annebee Gelderman-Jannink: 06-46208588;

Jannie Meijer-Martens: 06-26328222

www.welzijnbergen.nl



Algemeen Nut
Beogende Instelling
ANBI

**Stichting
Welzijn
Bergen**