

Gespreksgroep nabestaanden na zelfdoding Brussel

Heb je iemand verloren door zelfdoding?
Dan blijf je misschien achter met veel vragen:
Waarom heeft hij/zij dat gedaan?
Wat had ik (nog meer) kunnen doen?
Had ik het kunnen voorkomen?
Had ik maar...?

Hoe moet ik nu verder?

Gevoelens van verdriet, schuld, woede, schaamte, angst, machteloosheid,... Het is vaak niet eenvoudig om deze gevoelens te bespreken met anderen. Het is allemaal zo onwezenlijk. Iemand met wie je een band had, beslist om uit het leven te stappen.

Sommigen hebben het zien aankomen, voor anderen is het een abrupte daad. Voel je behoefte om te praten over dit verlies? Zoek je een veilige plek waar je je ervaringen kan delen met anderen die iets gelijkaardigs hebben meegemaakt?

Dan is deze gespreksgroep iets voor jou. Al deze vragen en gevoelens kunnen er aan bod komen. Tijdens onze bijeenkomsten krijgt ieder de gelegenheid om zijn verhaal te doen. Door zorgzame aandacht kan je via de groep en de begeleiders je eigen kracht weer terugvinden om het verlies een plaats te geven in je leven. Het is een tijdrovend proces maar noodzakelijk om verder te kunnen leven met en ondanks dit verlies.



Elke zelfdoding is een verhaal dat te vroeg stopt...
wie achterblijft, moet verder...

Waar

CGG-Brussel, deelwerking Primavera
of op locatie.



Wanneer

Tweewekelijks

Er start een nieuwe groep telkens er voldoende deelnemers zijn.

Bijdrage

Deelname is gratis.

Begeleiders

De groep staat onder begeleiding van een projectmedewerker zelfmoordpreventie en een ervaringsdeskundige.

Bart Nauwelaerts

Isabelle Van Den Abeele

Contact

Vooraf contact opnemen met Bart Nauwelaerts voor een kennismakingsgesprek:

Tel.: XXXX

e-mail: nazelfdoding.brussel@werkgroepverder.be

Deze gespreksgroep wordt ondersteund door

WERKGROEP
VERDER...

Werkgroep Verder, Nabestaanden na zelfdoding
02 361 21 28 info@werkgroepverder.be www.zelfdoding.be