



Gespreksgroep nabestaanden na zelfdoding Kapellen

Wanneer mensen door zelfdoding uit de wereld stappen, laten zij een grote leegte na. Nabestaanden worstelen lang met vragen die geen antwoord krijgen.

Een gespreksgroep biedt de mogelijkheid om rond dit onderwerp samen te komen. Door je eigen problemen te bespreken met lotgenoten, komt in de groep een proces van zelfredzaamheid op gang. Men vindt en herkent elkaar in de machteloosheid, het diepe verdriet, de pijn en het gemis...

Lotgenoten kunnen elkaar steunen en de kracht geven om door alle pijn heen de zelfdoding een plaats te geven in hun leven.

In de gespreksgroep kunnen volgende onderwerpen aan bod komen:

- Ik zoek naar waarom dit zo moest gebeuren.
- Ik heb zoveel schuldgevoelens.
- Ik durf niet naar familie, bureu.
- Alles is mij erg onzeker.
- Wij zijn ouders, partner, vriend, collega van iemand die zichzelf heeft gedood.
- Er ligt een taboesfeer rond zelfdoding. En dan...?
- Allerlei gevoelens vechten in mij: verlangens, eenzaamheid, verdriet, woede, ... Hoe geraak ik eruit?
- Hoe kan ik nog zinvol leven na dit gebeuren?

Kortom: hier is een plaats om erover te praten, een plaats zonder taboe. Een plaats waar je je verhaal mag vertellen zonder vrees of schaamte. Een plaats waar je mag zijn zoals je bent... Van harte welkom!



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

Waar

Cultuurcentrum Kapellen 'De Oude Pastorie'
Dorpsstraat 45 • 2950 Kapellen



Wanneer

Voorjaar, 8 avondbijeenkomsten.
De data worden u meegedeeld tijdens het kennismakingsgesprek.

Bijdrage

20 euro.

Contact

Vooraf contact opnemen met:

Riet Van Camp

Rouwdeskundige

May Vandekeybus

Rouwdeskundige

tel: **0475-53 9961**

e-mail: **nazelfdoding.kapellen@werkgroepverder.be**

Je wordt dan uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek.

Deze gespreksgroep wordt ondersteund door

WERKGROEP
VERDER...

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