



## Gespreksgroep nabestaanden na zelfdoding Noord-Limburg

### Waarom?

Hoe is dit kunnen gebeuren? Heb ik iets niet gezien?  
Hoe moet ik nu verder?

Gevoelens van verdriet, woede, schaamte, schuld,  
angst, ontkenning, machteloosheid...

### Waarom een gespreksgroep voor nabestaanden?

De gespreksgroep voor nabestaanden na zelfdoding biedt je de kans je verhaal te vertellen en een luisterend oor te vinden. Je vindt er begrip, herkenning en erkenning bij anderen die hetzelfde meemaakten. Je kan er uitspreken wat het verlies voor jou betekent. Je krijgt er een plek aangereikt waar je kan vertellen over de persoon die je verloor.

Samen met lotgenoten kan je zoeken naar een nieuw evenwicht. Samen kan er geprobeerd worden het onbegrijpelijke te aanvaarden. Soms is het verdriet zo intens dat het moeilijk onder woorden te brengen is, dan kan je altijd het verhaal horen van je lotgenoten. Zij hebben ook dezelfde gevoelens en dezelfde vragen.

### Voor wie is de groep bedoeld?

Voor mensen waarvan iemand uit de familie of omgeving zichzelf gedood heeft.

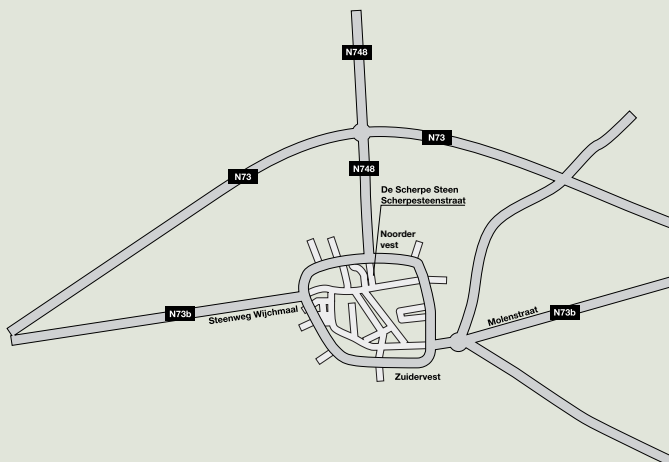
Het begrip nabestaande zien we zeer ruim: we bedoelen ermee alle familieleden, vrienden en kennissen van de overledene.



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

## Waar

“De Scherpe Steen”  
Scherpe Steenstraat • Peer



## Wanneer

Telkens de tweede maandagavond van de maand van 20u. tot 22u. Als dit een feestdag is verschuift de bijeenkomst naar de derde maandagavond van de maand.

## Begeleiders

**Christine Cox**

maatschappelijk assistent

**An Kwanten**

vrijwilligster

Indien u geïnteresseerd bent, gelieve vooraf contact op te nemen:

## Contact

tel. **0475-53 99 82**

e-mail: **[nazelfdoding.noordlimburg@werkgroepverder.be](mailto:nazelfdoding.noordlimburg@werkgroepverder.be)**

Deze gespreksgroep wordt ondersteund door

WERKGROEP  
**VERDER...**

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