

# Je ervaring delen kan helpen

Rouwverwerkingsgroepen in de gemeente  
Heumen, Mook & Middelaar



**synthese**  
thuis in je wijk

**sterker**  
sociaal werk

# Rouwverwerking

**Als je te maken hebt met het verlies van een dierbare, kan het helpen je ervaringen te delen met mensen die hetzelfde meemaken als jij. Misschien herken je de gevoelens van een ander en kun je elkaar tot steun zijn. Sterker sociaal werk en Synthese organiseren een rouwverwerkgroep in de gemeente Heumen / Mook & Middelaar.**

Er worden tien begeleide bijeenkomsten georganiseerd. Alle bijeenkomsten hebben een thema, zoals 'het afscheid' en 'rouwen met je omgeving'.

Er wordt veel aandacht besteed aan de emoties en gevoelens rond het verlies. Het delen van je ervaringen is een essentieel onderdeel van de bijeenkomsten. Het is belangrijk dat je ook in staat bent naar de verhalen van lotgenoten te luisteren. Daarna kan de groep desgewenst als zelfhulpgroep verder gaan.

Wanneer je aan de groep wilt deelnemen is het raadzaam dat dit minimaal een half jaar na het overlijden is.

## Waar en wanneer?

Gezondheidscentrum De Kroonsteen,  
Schoolstraat 8, 6581 BG Malden.  
Vanaf maandag 19 oktober,  
10 bijeenkomsten van 15.00 – 17.00 uur.

## Meer informatie of aanmelden

Bij de bijeenkomsten worden de veiligheidsvoorschriften nageleefd:

- 1,5 meter afstand
- extra aandacht voor hygiëne

Deelname aan deze rouwgroep is gratis. Voor informatie of aanmelden kun je contact opnemen met:

Bianca Timmers,  
b.timmers@synthese.nl  
Chris van Raan, c.vanraan@sterker.nl  
Nienke Scheink, n.scheink@sterker.nl

Of bel naar:

- Sterker sociaal werk,  
telefoon 088 - 00 11 333 of
- Synthese,  
telefoon 0478 - 51 73 00

### Synthese

www.synthese.nl  
info@synthese.nl  
0478-51 73 00  
024 - 890 94 80

### Sterker sociaal werk

www.sterker.nl  
info@sterker.nl  
088-00 11 333

augustus 2020