



sterker  
**Mantelzorg**  
Nijmegen



# Cursus 'Omgaan met Levend Verlies'

---

'Levend Verlies' is wat je kunt ervaren wanneer je naaste getroffen wordt door een chronische ziekte of beperking. Het gaat over het verdriet dat altijd kan opklaaien, verwacht of onverwacht, en dat soms verergert door de jaren heen.

[www.mantelzorg-nijmegen.nl](http://www.mantelzorg-nijmegen.nl)

# Cursus 'Omgaan met Levend Verlies'.

Het is belangrijk om ruimte te geven aan de rouw, en de emoties die daarbij horen. Anders kan het in de weg gaan zitten en het gevoel van belasting vergroten. In de cursus staan we stil bij verdriet en andere gevoelens. Er is aandacht voor wat dit betekent in jouw leven. Samen kijken we hoe jij met het verlies kunt omgaan. Misschien is er een weg naar aanvaarding.

## Startdatum

Volgt bij voldoende aanmeldingen.

## Praktisch

De cursus bestaat uit 5 bijeenkomsten op de donderdag, van 9.30 tot 11.30 uur. Deze vindt plaats op een centrale plek in Nijmegen.

## Aanmelden

Voor meer informatie of om je aan te melden kun je een e-mail sturen naar [cursus@mantelzorg-nijmegen.nl](mailto:cursus@mantelzorg-nijmegen.nl) of bellen naar 088 - 0011333.



**sterker**  
**Mantelzorg**  
Nijmegen