



UITNODIGING JAARLIJKSE BIJEENKOMST NABESTAANDEN.

Koog aan de Zaan, november 2015.

Geachte mevrouw, meneer,

De Werkgroep Nabestaanden na zelfdoding Zaanstreek/Waterland en Omstreken organiseert op **vrijdag 11 december 2015** aanstaande de jaarlijkse bijeenkomst voor nabestaanden van mensen die een einde aan hun leven hebben gemaakt.

Ook anders betrokkenen en belangstellenden zijn zeer welkom.

Deze bijeenkomst vindt plaats in het **gebouw De Vertoeving, Westzijde 82 te Zaandam** (gelegen naast de Doopsgezinde Kerk).

Onze gastspreker op deze middag is psychiater *Saskia Palmen*.

Saskia Palmen is psychiater in het UMCU en verbonden aan de afdeling waar jongeren met een eerste psychose worden opgenomen. Zij heeft een aansprekende opvatting over haar taak. Centraal staat voor haar het leggen van contact. Dat begint bij het luisteren naar iemands verhaal, in gesprek gaan en proberen te begrijpen wat voor iemand zo onbegrijpelijk is. Daarnaast hecht zij sterk aan betrokkenheid van de naaste familie. Saskia Palmen doet haar werk anders dan menige collega en is een krachtig pleitbezorger voor een andere, warme psychiatrie.

Het thema van de middag luidt:

MEER BEGRIP – MEER RUST ?

Zelfdoding van een naaste laat nabestaanden achter met meer vragen dan antwoorden. Soms alleen maar vragen. Hoe heeft dit kunnen gebeuren? Wat was er in mijn kind, vader, broer, zus, partner, vriend dat zelfdoding onontkoombaar was? Of hadden we het toch kunnen voorkomen? En voor wie wel iets van een antwoord heeft, blijven ook nog veel vragen over. Bijvoorbeeld: hoe verder te kunnen met dit verlies? Bij wie kan ik terecht met mijn verhaal, mijn vragen, mijn machteloosheid?

Psychiater Saskia Palmen verheldert op een toegankelijke manier een aantal achtergronden die mensen tot zelfdoding brengen.

Meer begrip betekent vaak meer troost en daarmee meer rust, maar niet altijd en zeker niet onmiddellijk. Ook dit zal aan bod komen.

Programma voor deze middag is;

- 12.30 uur Inloop, ontvangst en ontmoeting met koffie/thee.
(Er wordt in tegenstelling tot voorgaande jaren, géén lunch aangeboden!)
- 13.20 uur Opening door Jannie Schuit-Lemstra, namens Werkgroep Nabestaande Z/W
- 13.30 uur Korte inleiding door Hans van Dam, voorzitter Stichting Zorg en zelfdoding.
- 13.40 uur Lezing door **Saskia Palmen**, psychiater
- 14.40 uur Pauze
- 15.15 uur **Saskia Palmen** gaat in gesprek met de zaal.

eventueel terzijde gestaan door
Jannie Schuit, ervaringsdeskundige en begeleidster van de Zelfhulpgroep Z/W
Siem Groot, ervaringsdeskundige en begeleider van de Zelfhulpgroep Z/W
Hans van Dam, voorzitter van de Stichting Zorg en Zelfdoding

16.15 uur Afsluiting van het programma en gelegenheid voor een hapje en drankje.

17.00 uur Sluiting.

Tijdens de inloop, pauze en na de afsluiting is er gelegenheid de boekentafel te bekijken.

Deze bijeenkomst wordt in samenwerking met de *Stichting Zorg en Zelfdoding* georganiseerd.

Zie ook de website: <http://www.zorgenzelfdoding.nl>

We kunnen maximaal 80 personen ontvangen en in verband met de te verwachten grote opkomst raden wij aan u zo spoedig mogelijk via de mail of met het opgave formulier aan te melden.

Aan deze middag zijn geen deelnamekosten verbonden.

Een vrijwillige bijdrage wordt uiteraard zeer op prijs gesteld !

Het adres Westzijde 82, te Zaandam is als volgt te bereiken:

- lopen vanaf het NS- en busstation Zaandam, langs SVB-kantoor aan de overzijde, via Stationsstraat, tot in de Westzijde.

-met de auto, komend via de A8, of A7 de afslag **Zaandam** nemen. Dan nadert u de rotonde, deze volgt u voor de helft, en komt u via de Bernhardbrug over de Zaan. Daar slaat u linksaf, dit is de Westzijde. Er is parkeerruimte op het terrein "Behouden Haven".

Met vriendelijke groeten,

Jannie Schuit, Marian van Vliet , Siem Groot , Werkgroep Nabestaanden na zelfdoding Z/W en Omstr.
Hans en Nely van Dam, St. Zorg en Zelfdoding

Aanmelden

Wij verzoeken u vriendelijk dit te doen door middel van dit opgave-formulier.

Opsturen naar:

Werkgroep Z/W en Omstr. , p/a mw. Jannie Schuit, Parkzicht 60, 1541 JZ Koog a/d Zaan.

of mailen naar:

Siem Groot, emailadres: contact-lotgenoten@zorgenzelfdoding.nl of siem.infinite@quicknet.nl

NAAM _____

Adres

Telefoonnr..... emailadres.....

Geeft zich op voor de middag van vrijdag 11 december 2015

met personen.

In welke relatie stond u tot degene die u verloren heeft?.....

N.b.

Mocht er zich onverhoopt iets voordoen waardoor u niet in staat bent te komen, laat u ons dit dan even weten? Wij kunnen dan daarvoor iemand die op de wachtlijst is geplaatst, laten komen. Dit kan telefonisch: Siem Groot, 06 20436021, of email: siem.infinite@quicknet.nl

De Werkgroep voor Nabestaanden na Zelfdoding houdt een maandelijkse lotgenoten-bijeenkomst op elke laatste zaterdagmorgen van de maand.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met;

Siem Groot, tel.nr 06 20436021 /email: contact-lotgenoten@zorgenzelfdoding.nl