



UITNODIGING JAARLIJKSE BIJENKOMST NABESTAANDEN VRIJDAG 15 DECEMBER 2017.

Koog aan de Zaan, november 2017.

Geachte mevrouw, meneer,

De Werkgroep Nabestaanden na zelfdoding Zaanstreek/Waterland en Omstreken en de Stichting Zorg en Zelfdoding organiseren op **vrijdagmiddag 15 december 2017** 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 Vermaning, Westzijde 82 te Zaandam** (de Doopsgezinde Kerk).

Onze gastspreker op deze middag is Monique van 't Erve, Verliesconsulent.

Monique van 't Erve verloor in 1991 haar moeder door zelfdoding.

Monique van 't Erve is verliesconsulent. Ze begeleidt nabestaanden van zelfdoding, geeft voorlichting en adviseert organisaties die met zelfdoding te maken krijgen. Ze is naast Riet Fiddelaers-Jaspers, (Expertisecentrum; Omgaan met Verlies) medeauteur van boeken voor kinderen en jongeren rond dit thema.

Op haar website <http://rouwnazelfdoding.nl/> is een handreiking te vinden over het werken met gezinnen na een zelfdoding.

Thema:

Een storm aan gevoelens en gedachten

Rouwen kan voelen alsof er een storm door je leven raast. Soms lijkt niets meer hetzelfde en herken je ook jezelf niet meer. Gevoelens als verdriet, angst, ongeloof, boosheid en opluchting wisselen elkaar af. Wanneer je iemand verliest door zelfdoding spelen daarnaast nogal eens schaamte, zelfverwijt en vragen over het 'waarom'. Deze gedachten en gevoelens kunnen het rouwen belemmeren. Ondanks alle liefde en hulp is je dierbare toch uit het leven gestapt. Lag het vooral aan de ziekte, was er geen uitzicht meer? Misschien vraag je je af of je meer had moeten doen, iets niet hebt gezien of dat je iets had moeten laten. Dit soort gedachten kunnen eindeloos door je hoofd tollen.

Monique weet uit eigen ervaring welke impact een groot verlies heeft wanneer je je gevoelens niet onderkent. Ze neemt u deze middag mee in de wirwar aan gevoelens die je kunt tegenkomen. Een zoektocht naar wegen om verder te leven met het gemis en ook positieve herinneringen mee te nemen.



Programma

12.30 uur Inloop, ontvangst en ontmoeting met koffie/thee.

13.30 uur Opening door **Marian van Vliet**, namens Werkgroep Nabestaanden Zaanstreek/Waterland en Omstreken

13.45 uur Lezing door **Monique van 't Erve**, consulent Nabestaanden na zelfdoding. Zij verloor in 1997 haar moeder, die door zelfdoding haar leven beëindigde.

14.40 uur Pauze

15.15 uur Vervolg **Monique van 't Erve**, in gesprek .

16.00 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" (betaald parkeren).

Met vriendelijke groet,

Werkgroep Nabestaanden na zelfdoding Zaanstreek/Waterland en Omstreken
(Marian van Vliet, Jannie Schuit, Siem Groot).
Stichting Zorg en Zelfdoding.