

LEERPLEIN

Omgaan met rouw en verlies



ORO

ziet kansen

Inleiding

Wij allemaal krijgen te maken met het verlies van mensen om ons heen.

Wanneer zo iets gebeurt kun je overvallen worden door allerlei gevoelens: verdriet, angst, schuld, verwarring, opluchting of boosheid.

Het kan fijn zijn wanneer je deze ervaringen kunt delen met mensen die hetzelfde meegemaakt hebben. Dat je samen de tijd kunt nemen om te rouwen. Tijd om samen te zoeken hoe je dit verlies een plekje kunt geven in je leven. Hoe je verder kunt leven nu die persoon er niet meer is.

Tijdens de bijeenkomsten praten we met elkaar. We onderzoeken welke gevoelens en herinneringen fijn zijn om te bewaren en die je mee wilt nemen in de toekomst. Welke gevoelens en herinneringen kun je, of wil je, loslaten? We gaan aan de slag om een tastbare herinnering te maken.

Voor wie

Iedereen die iemand om zich heen verloren heeft. Dat kan iemand van de familie zijn: opa of oma, vader of moeder, broer of zus. Maar ook een vriend of vriendin, groepsgenoot, partner, collega of iemand anders die je dierbaar was.

Aantal deelnemers

Een groep bestaat uit 5-7 mensen.

Aantal bijeenkomsten

Er zijn 6 bijeenkomsten van ongeveer 2 uur.

INTERESSE?
AANMELDEN VIA
leerplein@oro.nl
0492-530053