

Als u uw partner, kind, vader of moeder verloren hebt

Het overlijden van een dierbare is vaak zeer ingrijpend.

Om dit te verwerken kan het helpen erover te praten. In het begin is er vaak wel voldoende steun van familie en vrienden. Maar na een paar maanden wordt dat meestal minder.

Misschien vindt u het zelf ook moeilijk om dan nog aandacht voor het verlies te vragen omdat u bang dat anderen vinden dat er nu genoeg over gepraat is.

In Nieuw-West bestaat al jarenlang een groep vrijwilligers die thuis mensen bezoeken die een belangrijk persoon in hun leven verloren hebben. De vrijwilliger luistert, stimuleert te praten over wat het verlies betekent maar helpt ook het contact met de eigen omgeving te versterken.

Hoe vaak en hoe lang komt een vrijwilliger?

In het kennismakingsgesprek met de vrijwilliger worden hier afspraken over gemaakt al naar gelang uw eigen behoefte. In de regel komt de vrijwilliger ongeveer eenmaal per 14 dagen gedurende ongeveer een jaar. Het contact met de vrijwilliger stopt dus ook weer. Ook al blijft het gemis bestaan toch hebben de meeste rouwendenden na verloop van tijd genoeg veerkracht om de draad weer op te pakken, contacten met het eigen netwerk te verbeteren of nieuwe activiteiten te starten .

Wie kan vragen om ondersteuning van een vrijwilliger ?

Bewoners van Nieuw-West die een dierbare verloren hebben , niet korter dan 3 maanden geleden. Huisartsen, familieleden of anderen uit de omgeving van de rouwende kunnen mensen aanmelden of hen attenderen op deze vorm van ondersteuning.

Aanmelding kan telefonisch of per email bij de contactpersoon van de groep:

Ank Beek- Engelberts tel 6100362 j.h.beek.engelberts@chello.nl

of bij de begeleidster Miriam Verhulst (maatschappelijk werkster) tel 020-6188607

mav@telfort.nl

Wilt u zelf vrijwilliger worden bij de rouwbegeleidingsgroep?

Om dit werk goed te kunnen doen is enige levenservaring gewenst

Vaardigheden die een vrijwilliger in huis moet hebben:

- goed kunnen luisteren
- inlevingsvermogen
- kennis van /of ervaring met een rouwproces
- per week een dagdeel ter beschikking hebben voor bezoeken

Wat krijgt u ervoor terug?

Het geeft voldoening als u een vertrouwensband met mensen kunt opbouwen zodat zij hun verhaal bij u kwijt kunnen. .

U kunt het verdriet niet overnemen maar wel veel voor mensen betekenen door er te zijn en naar hun verhaal te luisteren.

Tijdens de werkgroepvergaderingen 1x 5 à 6 weken worden ervaringen uitgewisseld en over en weer advies gegeven .

Nieuwe vrijwilligers hebben een kennismakingsgesprek met 2 leden van de groep .

Als het van beide kanten klikt vragen we de nieuwe vrijwilliger 3x een vergadering bij te wonen om vertrouwd te raken met het werk voordat ze hun eerste bezoek gaan doen.

Werkgroep rouwbegeleiding Nieuw -West

Contactpersoon : Ank Beek-Engelberts tel 020-6100362 email: j.h.beek.engelberts@chello.nl

of Miriam Verhulst tel: 020-6188607 email: mav@telfort.nl