

De ontmoetingsgroep is een initiatief van Issoria  
Rouwondersteuning en Humanitas Steun bij Verlies.

Beide organisaties bieden naast ontmoetingsgroepen individuele  
ondersteuning bij rouw. Ook voor algemene informatie over rouw  
en rouwondersteuning kun je bij hen terecht.

## Verlies delen



**Ontmoetingsgroep jongvolwassenen (18-35 jaar)**

**met rouw**

**maart - juni 2023**

*‘De verbondenheid die ik voelde met de groepsgenoten. Het hielp om gelijkgestemden te spreken om me minder alleen met mijn verdriet te voelen.’*

Het verlies van je vader, moeder, broer, zus, vriend of vriendin kan je hele leven overhoop halen. De wereld draait door, maar voor jou is die niet meer hetzelfde. Misschien heb je het gevoel dat je ook zelf veranderd bent. Hoe ga je om met alles wat anders is en met wie kun je er over praten?

In de ontmoetingsgroep kom je acht avonden met lotgenoten samen. Er is ruimte om je verhaal te vertellen en te luisteren naar de verhalen van de anderen; zonder oordeel en met respect voor ieders eigenheid.

We staan op verschillende manieren stil bij ieders verlies en de warboel aan gevoelens die dit met zich mee kan brengen. Wat is de impact van het verlies op je dagelijkse leven? Op je studie, je werk en het contact met je familie en vrienden? Wat mis je en hoe kun je met dit gemis de draad van het leven weer oppakken?

## **Begeleiding**

- Nic Oosterveer, levensbegeleider ([www.thuisvaart.nl](http://www.thuisvaart.nl)) en vrijwilliger Humanitas Rijnland Steun bij Verlies
- Alette de Jong, vrijwilliger Issoria Rouwondersteuning en leidinggevende in de zorg.

## **Waar en wanneer**

De groep komt bijeen in de Regenboog, Watermolen 1, 2317 ST Leiden. Er kunnen maximaal 6 mensen deelnemen. Bij minimaal vijf aanmeldingen start er een nieuwe groep.

We beginnen op maandagavond 27 maart 2023 van 19.30 - 21.30 uur. De andere data zijn: 3, 17 en 24 april, 1, 15, en 22 mei, 5 juni. We hebben een terugkombijeenkomst gepland op 3 juli 2023.

## **Kosten**

Voor deelname aan de ontmoetingsgroep vragen we een bijdrage van € 120.

## **Informatie en aanmelden**

Issoria Rouwondersteuning (Jacinta van Hartevelde)  
[info@issoria.nl](mailto:info@issoria.nl), tel 06 30267068

Humanitas Rijnland Steun bij Verlies  
(Nelleke v.d. Oord, Hafina Feilhauerova)  
[steunbijverlies@humanitas-rijnland.nl](mailto:steunbijverlies@humanitas-rijnland.nl), tel 06 13123575

Na aanmelding word je uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek en kijken we samen of deze groep op dit moment iets voor je is.