

Gespreksgroep

Rouwen na zelfdoding



Antwerpen

Iemand verliezen door zelfdoding geldt als één van de meest ingrijpende ervaringen die een mens kan meemaken. Als nabestaande blijf je achter met een kluwen van emoties en vaak ook heel wat vragen.

Rouwen is een weg die aanvankelijk onmogelijk lijkt. **Gesprekken en contact met lotgenoten kunnen hierbij helpend zijn.**

De gespreksgroep wil een **veilige ruimte** bieden om te praten over de zelfdoding, de overledene en wat dit allemaal met je doet. Al pratend en luisterend help je jezelf en de ander.

De groepen zijn steeds **gemengd**. Dit wil zeggen dat de groep kan bestaan uit mannen en vrouwen, jongere en oudere mensen, nabestaanden bij wie het verlies recent of lang geleden was, en nabestaanden die een ouder, kind, broer/zus, partner, of iemand anders verloren door zelfdoding.

'In de groep voel ik me echt begrepen. Ieders verhaal is wat anders, maar dingen kunnen delen met mensen die toch voor een stuk hetzelfde meegemaakt hebben, is toch heel erg steunend'
- nabestaande na zelfdoding

Wens je meer info of heb je interesse om aan te sluiten bij deze groep?

Begeleiders

- Sarah Holemans, hulpverlener bij CGG Andante
- Luna Santos, hulpverlener bij CGG Andante & nabestaande

Hoe schrijf ik me in?

- Telefonisch
 - 0499 55 72 92 (Luna Santos)
 - 03 620 10 20 (algemeen nummer CGG Andante, vraag naar Sarah Holemans of Luna Santos)
- Mail
 - nazelfdoding.antwerpen@werkgroepverder.be

We nodigen je graag uit voor een kennismakingsgesprek, waarin we voeling krijgen met jouw noden en verhaal en waarin we de werking van de groep verder toelichten.

Bijeenkomsten

Maandelijkse bijeenkomst vanaf september 2025 op maandag tussen 19u30 en 21u30.

Je kan op elk moment instromen.

De bijeenkomsten zijn kosteloos.

Locatie

Instuif

Lamorinièrestraat 183, 2018 Berchem