

Gespreksgroep nabestaanden na zelfdoding Turnhout

Rouwen is een weg die aanvankelijk onmogelijk lijkt. Lotgenotencontact kan hierbij helpend zijn.

De gespreksgroep biedt de ruimte om te praten over de zelfdoding, de overledene en wat dit allemaal met je doet. Thema's als het waarom, schuldgevoelens, het rouwproces, het suïcidaal proces en zelfzorg komen aan bod en je krijgt hierover informatie mee.

Uiteenlopende ervaringen, vragen en emoties kunnen gedeeld worden in een veilige omgeving.

Begrip, vertrouwen, herkenning en erkenning worden als helend ervaren.

Pratend en luisterend help je jezelf en de ander.

Dit kan een aanzet zijn naar een nieuw evenwicht in een veranderd leven.





Praktische info

Je gaat gedurende 10 gespreksavonden samen op weg. Bij voldoende inschrijvingen (min. 6 - max. 10) starten er jaarlijks 2 gespreksgroepen (één in het voorjaar, één in het najaar). Als je wilt deelnemen aan de gespreksavonden, kan je contact opnemen voor een kennismakingsgesprek met de begeleiders.

Data

De juiste data van de gespreksavonden worden je meegedeeld tijdens het kennismakingsgesprek.

Contact

Mathy PAESHUYSE, Contextueel therapeute

Voor info of kennismakingsgesprek

tel. **0473 235 798**

E-mail: **nazelfdoding.turnhout@werkgroepverder.be**

De gespreksgroep wordt gecoördineerd door Jasmijn CRETEN,
Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg Kempen.

Deze gespreksgroep wordt ondersteund door