

# Vijf ontmoetingen rond rouw

Type

Groepsaanbod

Startdatum

**18/02/2027 - 25/03/2027**

Locatie

Beekweg 8, 8000 Brugge, Belgium (LDC Den Heerd)

Door

Chloë Goetinck

Elfi Maassen

## Praktische info

Datums

18 februari 2027 - 13:30 - 15:00

25 februari 2027 - 13:30 - 15:00

04 maart 2027 - 13:30 - 15:00

11 maart 2027 - 13:30 - 15:00

25 maart 2027 - 13:30 - 15:00

Prijs

**Prijs voor groepsaanbod:**

0-23 jaar = kosteloos

+23 jaar= 2,5 per sessie

Aantal sessies

5

Duur sessies

90

Voor wie

Dit laagdrempelig groepsaanbod richt zich op volwassenen (+18) die een dierbare verloren hebben en meer willen weten over verlies, verdriet en rouw.

We houden bewust de groep gevarieerd in leeftijd, geslacht, soort verlies (plots of na lang ziekteproces), maar ook soort verlies (moeder, vader, partner, kind, broer/zus, vriend,...). Vanuit principe “elk verlies is uniek”.

Hulp bij

Eenzaamheid, Rouwverwerking, Rouwverwerking

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Gratis parking, Met de bus

## Inhoud

- Elk rouwproces is uniek
- Laten reflecteren over effecten dat rouw kan hebben op lichamelijk, emotioneel, cognitief en spiritueel vlak (via oplijsting).
- Verschil “normale rouw” versus pathologische rouw.
- Het normaliseren van rouw en alles wat ermee gepaard gaat via psycho-educatie.
- Herkenning vinden bij elkaar/”ik ben niet alleen” via mogelijkheid tot delen binnen de groep.
- Leren dat het ervaren van het verlies even noodzakelijk is als het onthouden dat er ook een hier en nu is.
- Leren dat rouwen vele vormen kent.
- Inzicht in meer impact op het rouwproces (versus passief ondergaan)
- Leren “een nieuwe relatie” te starten met de overledene.

## Contact en inschrijven

E-mailadres

info@psybrugge.be

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/vijf-ontmoetingen-rond-rouw-1