

### Gespreksgroep 'Omgaan met verlies binnen het gezin'

Hoe geef je het immense verlies van een gezinslid een plek? Deze gespreksgroep biedt troost door (h)erkenning. Ervaringen uitwisselen, steun en aandacht staan centraal

**Donderdag 14, 21 & 28 november en 12 december 2024**

Vitis Welzijn, Wijkcentrum Hooge Hasta, Hastastraat 5 in Naaldwijk

19.00-21.00 uur

Aanmelden via [www.vitiselzijn.nl/diensten/verlies-binnen-het-gezin](http://www.vitiselzijn.nl/diensten/verlies-binnen-het-gezin)

### Inspiratieavond 'kinderen betrekken bij afscheid'

Natascha van Zeijl legt uit hoe ouders en verzorgers kinderen kunnen betrekken bij afscheid en verlies. Tijdens deze interactieve avond kunt u ervaringen delen en vragen stellen.

**Donderdag 21 november 2024**

Bibliotheek Monster, Rubenslaan 1 in Monster

19:30 – 21:00 uur

Aanmelden via [www.bibliotheekwestland.nl](http://www.bibliotheekwestland.nl) (€2,50 voor leden en €5 voor niet-leden van de bibliotheek)

### Zelf aan de slag

#### Lezen

Bibliotheek Westland beschikt in de grote vestigingen over een uitgebreide boekencollectie over afscheid nemen en rouw, geschikt voor alle leeftijden. De collectie omvat zowel informatieve boeken als boeken ter ontspanning en inspiratie.

#### Voor basisscholen

De leskist "Huilen mag" over verlies en rouw is voor 4-6 weken te bestellen via de webshop van de Biebwijzer voor € 59,95. Deze kist is speciaal ontwikkeld voor groepen 1 tot 8 op basisscholen.



### Afscheid en rouw, verweven in je leven

Heeft u te maken met rouw en verlies? Wij bieden u graag praktische en emotionele steun. In dit programmaboekje vindt u diverse activiteiten rondom dit thema, zoals lezingen, workshops en gespreksgroepen. Samen doorbreken we het taboe rondom rouw en bieden we een veilige omgeving waar ervaringen, gevoelens en vragen gedeeld kunnen worden. Voor meer informatie over de activiteiten en het volledige programma kunt u terecht op de websites van de deelnemende organisaties. Deelname is gratis, tenzij anders is vermeld.

Voor meer informatie over de activiteiten en het volledige programma kunt u terecht op de websites van de deelnemende organisaties.

## Overzicht activiteiten

### **Boswandeling**

Wandelen in de natuur kan helpen bij het rouwproces. Onder begeleiding van uitvaartbegeleiders Natascha van Zeijl en Pauline van der Wees kunt u uw ervaringen delen.

**Dinsdag 8 oktober 2024**

Staelduinse Bos, parkeerterrein Oude Hooislag 2 in 's-Gravenzande

Verzamelen om 10.00 uur

Aanmelden via [www.bibliotheekwestland.nl](http://www.bibliotheekwestland.nl)

### **In gesprek: Palliatieve zorg bij dementie**

Margot van Acker praat met Marjanne Drop over palliatieve zorg bij dementie. Ze bespreken hoe je met dementiepatiënten praat over hun wensen en wat naasten kunnen doen in de laatste levensfase. Deze avond wordt verzorgd door Pieter van Foreest.

**Woensdag 30 oktober 2024**

Bibliotheek Wateringen, Dorpskade 3 in Wateringen

19:00 - 20:30 uur

Aanmelden via [www.bibliotheekwestland.nl](http://www.bibliotheekwestland.nl)

### **Schrijfworkshop 'Afscheid en rouw'**

Spelen met woorden en schrijven werkt rustgevend. Tietsje van der Linden werkt met korte opdrachten rond het thema 'afscheid en rouw'. Schrijft u ook mee?

**Donderdag 17 oktober 2024**

Carma, Dijkweg 21 in Naaldwijk

19.30 - 21.00 uur

Aanmelden via [www.carmacentrum.nl](http://www.carmacentrum.nl)

### **Gespreksgroep 'Omgaan met verlies van je partner'**

Deze gespreksgroep helpt bij het verwerken van het verlies van een dierbare. Ontmoet anderen met dezelfde ervaring en bespreek thema's zoals rouwreacties, omgaan met familie en vrienden, eenzaamheid en het leven zonder uw dierbare. Eigen vragen en onderwerpen zijn natuurlijk welkom.

**Donderdag 14,21 & 28 november en 5 december 2024**

Vitis Welzijn, Wijkcentrum 't Anker, Willem J. Baron van Gentplein 31 in De Lier

09.30-11.30 uur

Aanmelden via [www.vitiswelzijn.nl/diensten/omgaan-met-verlies](http://www.vitiswelzijn.nl/diensten/omgaan-met-verlies)

### **Lezing Frénk van der Linden: 'Hoe besta je na'**

'Hoe besta je na?' is een troostrijk boek voor iedereen die worstelt met verlies. Schrijver Frénk van der Linden bespreekt rouw, troost en de verwerking van groot verdriet, en hoe dit een mens op wonderbaarlijke wijze ook kan verrijken.

**Donderdag 17 oktober 2024**

Bibliotheek Naaldwijk, Sint Martinusstraat 67 in Naaldwijk

19:30 - 21:30 uur

Aanmelden via [www.bibliotheekwestland.nl](http://www.bibliotheekwestland.nl) (€5,- voor leden en €10 voor niet-leden van de bibliotheek).

### **Workshop: Creatieve aandacht geven aan rouw**

Verdriet kan niet worden weggedrukt en komt steeds terug. Oude tradities kunnen houvast bieden, zoals Kintsugi: een Japanse kunstvorm waarbij gebroken aardewerk wordt hersteld met gouden lijnen. Deze bijzondere workshop, verzorgd door Vitis Welzijn en Pieter van Foreest, leert je deze techniek.

**Dinsdag 12 november 2024**

Bibliotheek Naaldwijk, Sint Martinusstraat 67 in Naaldwijk

13.30 - 15.30 uur

Aanmelden via [www.bibliotheekwestland.nl](http://www.bibliotheekwestland.nl)