

Steun bij Rouw

Hoeksche Waard en
Goeree-Overflakkee

humanitas

*Verwerken
van verdriet
doet pijn en
kost moeite*

*Een vrijwilliger
van Steun bij
Rouw helpt en
toont begrip*

Humanitas

Humanitas is er voor mensen die met behulp van een vrijwilliger op eigen kracht iets willen veranderen aan hun situatie. Jaarlijks bieden ruim 17.800 goed getrainde vrijwilligers gratis steun aan ruim 58.000 deelnemers. Wij werken binnen zes thema's: eenzaamheid, verlies, opvoeden, opgroeien, detentie en thuisadministratie. Humanitas werkt kleinschalig en persoonlijk. De contacten zijn van mens tot mens en worden in eigen stad of dorp georganiseerd. Wat ons bindt is het gevoel dat we iets voor elkaar willen betekenen en een zinvolle bijdrage willen leveren aan de maatschappij.

Humanitas waarden

- regie behouden over je eigen leven
- samenleven op basis van gelijkwaardigheid
- verantwoordelijkheid nemen voor jezelf en voor een ander
- vraaggericht werken: kijken wat er leeft in de maatschappij, activiteiten daarop aanpassen.



1.564
deelnemers
in Nederland

Humanitas Steun bij Rouw

Heb je een dierbare verloren, dan staat de wereld stil. Wat vaak overblijft, is het gevoel dat niets er meer toe doet. Daarom is rouwen zo belangrijk. Iedereen op z'n eigen manier en in z'n eigen tempo. Soms kost dat meer energie dan je hebt, en hoe vind je dan de weg vooruit? Een vrijwilliger van Steun bij Rouw reikt je graag de hand en bezoekt jou thuis.

Praten over verlies

Praten met een vreemde over je verlies kan in eerste instantie spannend zijn, maar lucht uiteindelijk wel op. Hoewel het verlies blijft kun je weer verder met je leven. De gesprekken vinden plaats bij jou thuis, in je vertrouwde omgeving en op een door jou gewenste tijdstip.

Betrokken vrijwilliger

Een vrijwilliger weet vaak uit eigen ervaring hoe het is om te rouwen; iemand die weet wat jij meemaakt en zich goed in jou kan verplaatsen. Het is deze persoonlijke betrokkenheid die het contact en de aandacht zo waardevol maakt. Herkenning, erkenning en steun bieden immers troost. De vrijwilliger bezoekt je een bepaalde periode en samen bekijk je wanneer het voldoende is om weer alleen verder te gaan. Hij/zij is opgeleid om je zo goed mogelijk bij te staan.

Uiteraard gaat de vrijwilliger vertrouwelijk om met alles wat je vertelt.

Lotgenotengroep

Voor mensen die hun partner verloren hebben organiseert de werkgroep de zogenaamde Lotgenotengroepen. Een groep waarin je over het verlies kunt praten, over de problemen die je tegenkomt, over hoe het nu verder moet en hoe moeilijk dat is. Het aantal bijeenkomsten is in principe acht en de groepen starten bij voldoende belangstelling.

Het verwerken van een verlies is hard werken, maar je hoeft dit niet alleen te doen



Heb je belangstelling?
Neem contact met ons op.

Coordinator:
Harmke Keddeman
E: harmke.humanitas@outlook.com
T: 06-38207402

Deelname is kosteloos

*“Alles was
me al gauw
teveel. De
gesprekken
thuis waren
fijn.
Hierdoor
kon ik weer
meer aan.”*

Humanitas
Hoekse Waard en
Goeree-Overflakkee

Voorhuis 6
3262 CH Oud-Beijerland

T: 0186 615820

Mogelijk gemaakt door:



Volg ons op Facebook:

[Humanitas Hoeksche Waard &
Goeree-Overflakkee](#)

Website:

[www.humanitas.nl/
hoekschewaard-en-
goeree-overflakkee](http://www.humanitas.nl/hoekschewaard-en-goeree-overflakkee)