

De ontmoetingsgroep is een initiatief van Issoria  
Rouwondersteuning en Humanitas Steun bij Verlies.

Beide organisaties bieden naast ontmoetingsgroepen individuele  
ondersteuning bij rouw. Ook voor algemene informatie over rouw  
en rouwondersteuning kun je bij hen terecht.

## Verlies delen



**Ontmoetingsgroep jongvolwassenen (18-35 jaar)**

**met rouw**

**september 2024 - januari 2025**

*‘De verbondenheid die ik voelde met de groepsgenoten. Het hielp om gelijkgestemden te spreken om me minder alleen met mijn verdriet te voelen.’*

Het verlies van je vader, moeder, broer, zus, vriend of vriendin kan je hele leven overhoop halen. De wereld draait door, maar voor jou is die niet meer hetzelfde. Misschien heb je het gevoel dat je ook zelf veranderd bent. Hoe ga je om met alles wat anders is en met wie kun je er over praten?

In de ontmoetingsgroep kom je acht avonden met lotgenoten samen. Er is ruimte om je verhaal te vertellen en te luisteren naar de verhalen van de anderen; zonder oordeel en met respect voor ieders eigenheid.

We staan op verschillende manieren stil bij ieders verlies en de warboel aan gevoelens die dit met zich mee kan brengen. Wat is de impact van het verlies op je dagelijkse leven? Op je studie, je werk en het contact met je familie en vrienden? Wat mis je en hoe kun je met dit gemis de draad van het leven weer oppakken?

## **Begeleiding**

- Nic Oosterveer, levensbegeleider ([www.thuisvaart.nl](http://www.thuisvaart.nl)) en vrijwilliger Humanitas Rijnland Steun bij Verlies.
- Tom Waltman, vrijwilliger Issoria Rouwondersteuning.

## **Waar en wanneer**

De groep komt bijeen in de Oase van Issoria, Burggravenlaan 11, 2313 HM Leiden. Er kunnen maximaal 6 mensen deelnemen. Bij minimaal vijf aanmeldingen start er een nieuwe groep.

We beginnen op dinsdagavond **10 september 2024**

van 19.30 - 21.30 uur. De andere data zijn:

**17 en 24 september, 1, 22, en 29 oktober en 5, 12 november.**

We hebben een terugkombijeenkomst gepland op **7 januari 2025.**

## **Kosten**

Voor deelname aan de ontmoetingsgroep vragen we een bijdrage van € 125.

## **Informatie en aanmelden**

Issoria Rouwondersteuning (Elles Remmerswaal)  
[info@issoria.nl](mailto:info@issoria.nl), tel 071 514 2275

Humanitas Rijnland Steun bij Verlies  
(Nelleke v.d. Oord, Hafina Feilhauerova)  
[steunbijverlies@humanitas-rijnland.nl](mailto:steunbijverlies@humanitas-rijnland.nl), tel 06 1312 3575

Na aanmelding word je uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek en kijken we samen of deze groep op dit moment iets voor je is.