

KU LEUVEN

Verder met verlies

2023–2024



“Herinneren is een vorm
van ontmoeten”

Kahlil Gibran

Het aanbod ‘rouwzorg’
van de Universitaire Parochie



'Een grote tak kwijt'

Individuele rouwgesprekken tussen verlies en veerkracht

'Er waren eens drie bomen die alle drie in een hevige storm een grote tak kwijt raakten. De bomen gingen elk op een andere manier met hun verlies om...' Zo vertelt Manu Keirse in zijn boekje *Vingerafdruk van verdriet*. Ja, wie rouwt, moet noodgedwongen het verhaal van zijn leven herschrijven.

Het kan deugd doen om in enkele gesprekken op verhaal te komen over wie en wat je verloren bent én om te zoeken naar hoe het leven-met-verdriet mettertijd ook weer betekenis kan krijgen.

- Meer info of een afspraak maken bij Ann Verscuren: ann.verscuren@kuleuven.be
- +32 16 32 55 85
(via het secretariaat in de voormiddag)
- Zie ook www.uprouw.be

i

PRIJS: voor mensen die verbonden zijn aan KU Leuven: gratis • voor mensen buiten KU Leuven: 10 Euro per gesprek

‘Samen Verder’

Lotgenotengroep voor jongeren in rouw

Ik leek alleen maar pijnlijke herinneringen te hebben aan de laatste maanden voor mama's overlijden. In de groep kon ik ook de mooie momenten van haar leven weer boven halen en dat was zo betekenisvol.

Kaat, 23 jaar

Je voelt je soms verloren, want je hébt iemand verloren: je vader of moeder, broer of zus, je lief of vriend(in), oma of opa, medestudent of kotgenoot... Het gebeurde plots of lang verwacht, lang geleden of nog maar net gebeurd – een ongeluk, ziekte of zelfdoding. De wereld draait verder en toch is hij in jouw ogen wezenlijk veranderd. Ook jijzelf voelt je misschien anders.

Vijf avonden komen we samen met lotgenoten. We vertellen en luisteren naar ieders verhaal, maar zoeken ook via creatieve werkvormen naar herinneringen en krachtbronnen. De klemtoon ligt op verbinding met de persoon die jij mist!

In een kennismakingsgesprek 'live' of via de telefoon kan je beslissen of deze groep iets voor jou is.

- Meer info en kennismakingsgesprek bij ann.verscuren@kuleuven.be
- +32 16 32 55 85
(via het secretariaat in de voormiddag)
- Zie ook www.uprouw.be

i

DATA: 5 dinsdagavonden:

28/11/2023 - 12/12/2023 - 13/2/2024 - 5/3/2024 -
26/3/2024 • telkens van 19.30 tot 22 uur

PRIJS: 20 Euro voor het geheel (tarief bespreekbaar)

LOCATIE: UP, Tiensestraat 124, 3000 Leuven

Er is een vrijblijvende infoavond op dinsdag 24 oktober 2023 om 19.30 uur.

'Anders Vasthouden'

Ontmoetingsdagen voor volwassenen in rouw

Hier konden we praten over wie we zo missen. Dat is niet altijd zo vanzelfsprekend in 'de buitenwereld'. De warmte en het begrip van andere mensen met verdriet waren voor mij een groot geschenk. Het luchtte ook op om samen te kunnen lachen met grappige anekdotes over onze overledenen.

Paul, 60 jaar

'Je moet loslaten', hoor je vaak zeggen, maar jij wil misschien wel vasthouden, herinneren, verbonden blijven met diegene die je mist. Jij ervaart dat er goede en slechte dagen zijn en dat verdriet soms letterlijk in je lijf kan kruipen.

Doorheen het jaar organiseren we drie keer een ontmoetingsdag voor mensen in rouw. Je kan één keer of meerdere keren deelnemen. We creëren een warme sfeer waarin je lotgenoten kan ontmoeten en op verhaal kan komen. Koffie en koekjes staan klaar, tesamen met boeken om in te snuisteren.

- Meer info en inschrijven bij ann.verscuren@kuleuven.be
- +32 16 32 55 85
(via het secretariaat in de voormiddag)
- Zie ook www.uprouw.be

DATA: Zaterdag 18 november 2023 -

Zaterdag 16 maart 2024 - Zaterdag 8 juni 2024

- telkens van 9.30 tot 16.30 uur. De zaterdagen staan op zichzelf en volgen hetzelfde programma, dus je hoeft ze niet alle drie te volgen

PRIJS: 30 Euro voor het geheel - broodjeslunch, koffie en thee inbegrepen (tarief bespreekbaar)

LOCATIE: UP, Tiensestraat 124, 3000 Leuven

Er is een vrijblijvende infoavond op dinsdag 24 oktober 2023.

Rituelen kunnen helen

Een aanbod op maat voor KU Leuven

Zijn overlijden was een schok. Na enkele weken wilden we vanuit de faculteit een herdenkingsmoment houden voor zijn familie en onze studenten. UP zorgde voor een 'lijn' in onze ideeën zodat het een sereen en warm moment werd.

Medewerker Biomedische Wetenschappen

Jammer genoeg kan het ook op uw faculteit, hogeschool of dienst gebeuren: een (doctoraats)student of medewerker overlijdt.

Nadien kan er behoefte zijn om samen nog 'iets' te doen. UP kan mee zoeken naar vorm en inhoud. Enkele mogelijkheden:

- Een herdenkingsmoment met muziek, getuigenissen, teksten/gebeden, symbolen
- Een gespreksmoment rond het overlijden én het leven van *
- Een workshop waarin ieder op een creatieve manier aan de slag gaat

Meer informatie bij Renée Theyssens of Martijn Steegen:

- renee.theyssens@kuleuven.be of 016/37 40 43
- martijn.steegen@kuleuven.be of 0494-05 86 82



Wandelen met Verdriet

Loop je als (doctoraats)student soms ook rond met een hoofd of een lijf vol verdriet? Omdat je je niet goed in je vel voelt, iemand uit je omgeving erg ziek is, je ouders aan het scheiden zijn, de stress te groot is of omdat je iemand moet missen... Misschien kan een wandelbabbel met lotgenoten wel deugd doen.

We plannen een drietal wandelingen tijdens het academiejaar van 2023-2024. Wil je op de hoogte gehouden worden, stuur dan een mailtje naar stupar@kuleuven.be. Of kijk op www.uprouw.be.

Herdenkingsvieringen KU Leuven

De universitaire gemeenschap herdenkt met woorden, muziek en witte rozen zijn overleden studenten en zijn personeelsleden. Ze betuigt ook haar respect aan de mensen die hun lichaam aan de wetenschap schonken en hun families. Deze vieringen vinden telkens plaats in de St-Jan-de-Doperkerk in het Groot Begijnhof van Leuven

- Herdenkingsviering voor de mensen wiens uitvaart het afgelopen jaar plaats vond in de St-Jan-de-Doperkerk: zondag 29 oktober 2023 - 11 uur
- Herdenkingsviering voor overleden studenten en personeelsleden van KU Leuven: woensdag 8 november 2023 - 18.30 uur
- 'Vesaliviering' voor de mensen die hun lichaam aan de wetenschap schonken: dinsdag 23 april 2024 - 18.15 uur

Meer informatie bij Martijn Steegen:

- martijn.steegen@kuleuven.be of 0494-05 86 82

Infoavond 'Verder met verlies'

Het was gek, maar die infoavond voelde al een beetje als 'thuiskomen'. Er ging zoveel warmte van uit. De getuigenissen van mensen die weten hoe rauw 'rouwen' kan zijn, gaven me het gevoel dat ik niet alleen stond ...

Marlies, 52 jaar

Al meer dan 10 jaar organiseert de Universitaire Parochie een aanbod voor mensen in rouw. Deze infoavond wil de drempel verlagen voor iedereen die interesse heeft in de rouwgroep 'Samen Verder', de ontmoetingsdagen 'Anders Vasthouden' of een individueel gesprek.

U proeft er de sfeer op UP, maakt kennis met de begeleiding en onze visie op rouw, en hoort concreet wat je van de initiatieven kan verwachten. Enkele deelnemers van de afgelopen jaren vertellen er over hun ervaringen. Koffie en thee zullen klaar staan, tesamen met boeken rond verdriet om in te snuisteren. De avond is gratis en verplicht je nergens toe. Voel je heel welkom.

- Meer info bij ann.verscuren@kuleuven.be
- +32 16 32 55 85
(via het secretariaat in de voormiddag)
- Zie ook www.uprouw.be

DATUM: Dinsdag 24 oktober 2023 van 19.30 tot 22 uur

PRIJS: De avond is gratis. Wel graag inschrijven voor 20 oktober 2023 via www.uprouw.be of telefonisch via het secretariaat.

LOCATIE: UP, Tiensestraat 124, 3000 Leuven



UNIVERSITAIRE
PAROCHIE

Tiensestraat 124 bus 5003
3000 LEUVEN, België
tel. + 32 16 32 55 85
upar@kuleuven.be
www.kuleuven.be/up



www.uprouw.be



Troostplek in het Groot Begijnhof

Sinds juni 2023 is er een troostplek in het Groot Begijnhof in Leuven, op het grasveld aan het einde van de Bovenstraat. Zoek ze gerust op om stil te vallen, tot jezelf te komen of om verbinding te voelen met de mensen die je mist... We hopen er in november 2023 ook een ritueel moment te houden. Meld je gerust via mail aan bij via het secretariaat van UP als je op de hoogte wil gehouden worden: upar@kuleuven.be. Of kijk op www.uprouw.be.