

*Tijd heelt  
geen wonden*

*Tijd leert  
je leven  
met verdriet*

*en wachten  
zeer geduldig*

*tot je weer  
schoonheid ziet*

*en tot  
de tederste  
herinneringen*

*zo diep  
vertakt zijn  
in je ziel*

*dat ze die  
zere plekken  
kunnen overgroeien*

*Kris Gelaude*

*Jou los  
te moeten laten  
is een onmogelijke vraag.  
Gisteren lukte 't niet  
en ook vandaag  
nog niet.*



PARTNER IN  
CHRISTELIJK  
VORMINGSWERK

**CCV in het bisdom Hasselt**

Tulpinstraat 75, 3500 Hasselt  
011 24 90 70  
hasselt.secr@ccv.be  
www.ccv.be/hasselt  
www.facebook.com/ccvhasselt



**Vlaanderen**  
verbeelding werkt



**Lotgenotengroep voor  
mensen met verlies**

**Alle verlies**

partner, (klein)kind, ouder,  
broer, zus, vriend(in), collega



**2018-2019**

*Rouw is iets wat je zelf moet verwerken,  
ieder op eigen wijze en ritme.*

*De aanwezigheid, aandacht en warmte  
van anderen daarbij,*

*maken dat je een tochtgenoot hebt  
die de last als het ware helpt dragen,  
helpt ver-dragen.*

*Agnes*

## WAT IS ROUW?

## LOTGENOTENGROEP

Gedurende 6 samenkomsten ontmoet je mensen die recent of langer geleden iemand verloren: partner, (klein)kind, ouder, broer of zus, vriend(in), collega, ...

Rouw is het antwoord dat je geeft op het verlies van iemand waarmee je een hechte band had. Het doet pijn en maakt verdrietig.

Je gedachten, je gevoelens en je gedrag kunnen grondig overhoop gehaald worden. Het maakt je soms heel erg kwetsbaar. Je kan er zo moe van zijn.

De mensen uit jouw omgeving weten niet altijd goed hoe daarmee om te gaan.

Veel te vlug wordt verwacht dat je weer meedraait in het gewone leven.

Je hebt dan ook vaak het gevoel dat je er helemaal alleen voor staat. Het lijkt wel alsof niemand je kan helpen.

Ieder mens rouwt op zijn eigen unieke wijze.

Niemand kan de pijn van het verlies voor je wegnemen. Maar als je mag ervaren dat men echt luistert naar jouw gevoelens en je zelf gedachten en reacties mag delen, kan dat deugddoend en bevrijdend zijn.

Ieders persoonlijk verhaal van verlies krijgt er een plaats. We vertellen elkaar over omgaan met verwarrende emoties, reacties uit de omgeving, moeilijke dagen, over troost die we bij anderen en bij God zoeken of vinden...

In een lotgenotengroep ontdek je dat je niet alleen staat met je pijn. Naast inzicht in het rouwproces, een luisterend oor en ondersteuning bij het opnemen van de draad van het leven, vind je er een veilige sfeer met tochtgenoten.

[www.rouwzorgvlaanderen.be](http://www.rouwzorgvlaanderen.be)

## PRAKTISCHE INFO

### Waar en wanneer:

#### Sint Truiden

Dinsdagnamiddag van 14u30-17u30 in het St. Trudo ziekenhuis, Diestersteenweg 100, 3800 St. Truiden  
Data: 25 september, 9 & 23 oktober, 6 & 20 november en 4 december 2018.

Kostprijs voor de 6 sessies: 60€

Begeleiders: Gerda Linssen + Madeleine Burghoorn

#### Overpelt

Maandagnamiddag van 13u30-16u30 in het Maria-ziekenhuis Overpelt, Maesensveld 1, 3900 Overpelt  
Data: 12 en 26 november 2018, 10 december 2018, 14 en 28 januari 2019 en 11 februari 2019

Kostprijs voor de 6 sessies: 60€

Begeleiders: Rina Maes + E.H. Hugo Gerfen

#### Hasselt

Woensdagavond van 19u-22u in het Pastoraal Centrum, Tulpinstraat 75, 3500 Hasselt  
Data: 13 & 27 maart, 10 & 24 april, 8 & 22 mei 2019

Kostprijs voor de 6 sessies: 60€

Begeleiders: Mariette Gerits + Martine Peeten

#### Kostprijs:

60 Euro voor de 6 samenkomsten

Rekeningnummer CCV: BE49-7330-4871-7571

BIC begunstigde: KREDBEBB

Vermelding:

'lotgenotengroep alle verlies + plaats + naam deelnemer'  
Van de deelnemers (max. 10 per groep) wordt verwacht dat ze de 6 samenkomsten aanwezig zijn.

## INFO EN INSCHRIJVING

**Gerda Linssen**

011 24 90 73

[gerda.linssen@ccv.be](mailto:gerda.linssen@ccv.be)

0472 44 65 39

VOORAF INSCHRIJVEN IS NOODZAKELIJK!  
(Er zijn ook rouwgroepen voor jongeren)