



*zoveel soorten van verdriet
en dan gaat het leven verder...*

Hulp bij het kiezen
van begeleiding
in een periode van rouw

U kunt ook onze website bezoeken:

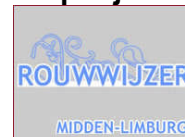
www.rouwwijzer.nl

Hier kunt u tevens ervaringen lezen van mensen die gebruik hebben gemaakt van het hulpaanbod van de organisaties die in deze brochure staan vermeld!

Landelijke adressen

- Landelijke Stichting Rouwbegeleiding, tel. 030-2761500 (informatie en advies), www.verliesverwerken.nl
De LSR biedt een centraal punt waar iedereen terecht kan voor informatie over rouw.
- Stichting Achter de Regenboog, info en adviesbureau: tel. 0900-2334141, www.achterderegenboog.nl
Kinderen en jongeren van 4 tot 18 jaar bij te staan, te adviseren en te begeleiden in de rouwverwerking bij het verlies van gezinsleden. Dit kan zijn een ouder, broer of zus etc. Onze doelgroepen zijn de eerder genoemde jongeren en hun ouders, hulpverleners, leerkrachten, rouwbegeleiders en andere belangstellenden.
- Vereniging van Ouders van een Overleden Kind (VOOK), tel. 0900-2022723, www.vook.nl
Een zelfhulporganisatie van ouders van een overleden kind. Werkgroep broers en zussen: broers en zussen van een overleden broer of zus een mogelijkheid bieden met elkaar in contact te komen, zodat zij ervaringen en gevoelens kunnen uitwisselen.
- Stichting Dr. Elisabeth Kübler-Ross, Nederland, tel. 0575-545703, www.Kubler-ross.nl
De stichting wil mensen helpen om verlies, rouw en sterven een zinvolle plek in hun leven te geven.
- www.praatplek.nl; info@praatplek.nl
Chatten met lotgenoten na overlijden van een dierbare om gevoelens en ervaringen uit te wisselen. Ook kan men meedoen aan forums, een eigen blog maken, lid worden van een lotgenotengroep of er zelf een oprichten.
- Stichting Horizon, lotgenotengroep van nabestaanden na zelfdoding, www.horizontilburg.nl
Steun geven aan lotgenoten in het rouwproces na zelfdoding van een dierbare.
- In de Wolken, mevrouw Riet Fiddelaers, tel. 040-2260450, www.in-de-wolken.nl
Richt zich op ouders, verzorgers van kinderen en jongeren die te maken hebben met een verlies door de dood. Nog meer websites op het gebied van rouw: www.lieve-engeltjes.nl, www.verlaatverdriet.nl, www.rouwverwerking.pagina.nl
- Stichting Jonge Helden, www.stichtingjongehelden.nl
Zorg bij en informatie over verdriet en rouw bij schoolgaande kinderen/jongeren, hun ouders en leerkrachten.

Hulp bij het kiezen van begeleiding in een periode van rouw



U heeft afscheid moeten nemen van een geliefd persoon. Het is een verdriet dat aandacht vraagt/verdient. Maar het leven gaat verder. Misschien bent u op zoek naar extra ondersteuning in deze moeilijke tijd. Deze brochure wil u daarbij van dienst zijn. Aan de hand van de onderstaande vragen krijgt u een idee van de mogelijkheden. Kies op deze bladzijde de vorm van ondersteuning die u zoekt. U wordt dan verwezen naar een overzicht in dit boekje. Wanneer u een keuze hebt gemaakt, zoekt u achterin het adres op.

Welke vorm van ondersteuning zoekt u?

Vorm	Omschrijving van de ondersteuning	Ga naar
Lotgenoten-contact	Zoekt u steun en ontmoeting bij mensen die ook te maken hebben met verlies en rouw?	Ga dan naar tabel 1 op bladzijde 2
Steun	Bent u op zoek naar een klankbord en een luisterend oor door geschoolde vrijwilligers?	Ga dan naar tabel 2 op bladzijde 2
Zorg	Heeft u een vraag naar aandacht, ondersteuning en voorlichting in de directe periode rondom het overlijden?	Ga dan naar tabel 3 op bladzijde 3
Begeleiding	Heeft u behoefte aan een professionele hulpverlener of geschoolde vrijwilliger die u individueel of in groepen volgens een omschreven methode begeleidt?	Ga dan naar tabel 4 op bladzijde 3
Therapie	Heeft men u geadviseerd om professionele hulp te zoeken omdat uw rouwproces ingewikkeld verloopt of u zelfs ziek maakt?	Ga dan naar tabel 5 op bladzijde 4

1. Lotgenoten

Steun en ontmoeting van lotgenoten onderling.

Voor wie	Welke vorm	Ga naar
Rouwenden tot 55 jaar	Lotgenotencontact gesteund door vrijwilligers	Adreslijst nr. 9
Rouwenden ouder dan 55 jaar	Lotgenotencontact in groepsverband begeleid door geschoolde vrijwilligers	Adreslijst nr. 3
Rouwenden; partners, kinderen (vanaf 18 jaar), familie	Lotgenotenbijeenkomsten gesteund door geschoolde vrijwilligers	Adreslijst nr. 21
Jonge weduwen en weduwnaars	Gericht op ontspanning en sociaal contact	Adreslijst nr. 5
Mannen en vrouwen na partnerverlies	Vereniging voor activiteiten	Adreslijst nr. 4 en 6
Ouders en gezinsleden van overleden kind	Lotgenotencontact gesteund door vrijwilligers	Adreslijst nr. 7
Mannen en vrouwen na partnerverlies door kanker	Ontmoeting tijdens inloopmomenten	Adreslijst nr. 8

2. Steun

Geschoolde vrijwilligers bieden een klankbord.

Voor wie	Welke vorm	Ga naar
Mannen en vrouwen, jongeren en kinderen	Een luisterend oor via de telefoon, 24 uur per dag	Adreslijst nr. 13
Ouders en gezinsleden van overleden kind	Zowel individueel als in groepsverband wordt ondersteuning geboden	Adreslijst nr. 7
Nabestaanden van een verkeersongeval of geweldsdelict	Bieden van ondersteuning	Adreslijst nr. 12
Mannen en vrouwen na partnerverlies	Bezoekdienst door geschoolde vrijwilligers	Adreslijst nr. 15
Mannen en vrouwen na partnerverlies door kanker	Zowel individueel als in groepsverband wordt ondersteuning geboden	Adreslijst nr. 8
Kinderen na verlies van ouder door kanker	Zowel individueel als in groepsverband wordt ondersteuning geboden	Adreslijst nr. 8

Individuele rouwtherapie.

18. GGZ groep Noord- en Midden-Limburg

Mevrouw Selma Ammerlaan, Godsweerderstraat 27, 6041GH Roermond, tel. 0475-387900, www.ggznl.nl, sammerlaan@ggznl.nl

Individuele rouwtherapie.

19. Stichting ABL

Advies- en Begeleidingsdienst voor godsdienst/levensbeschouwing en katholieke identiteit. Heinsbergerweg 2, 6045 CH Roermond, tel. 0475-331559, www.abl-limburg.nl

Zorg en ondersteuning bij verdriet en rouw op scholen voor basisonderwijs.

20. GGD Limburg Noord

Drie Decembersingel 50, 5921 AC Venlo, tel. 077-8504855, www.ggdlimburgnoord.nl; ijzsecr@ggdlimburgnoord.nl

Zorg en ondersteuning bij verdriet en rouw in school door uitleen van themakisten, door themabijeenkomsten voor ouders/ leerkrachten en consultatie JGZ-arts/ JGZ-verpleegkundige.

21. Verpleeghuis St. Camillus

Heinsbergerweg 176, 6045 CK Roermond. Mevrouw José van de Veerdonk, tel. 06-13519348 en mevrouw Gladys Schlösser-Saffrie, tel. 0475-325633, www.kiesbeter.nl/palliatievezorg.nl j.welzen@compagnet.nl

Lotgenotenbijeenkomsten gesteund door geschoolde vrijwilligers; verbonden aan nazorg van St. Camillus, ook toegankelijk voor mensen van buitenaf.

22. Gereformeerde Kerk (vrijgemaakt) De Brug Noord- en Midden-Limburg

Ds. Johan Schelling, Winkelveldstraat 15, 5916 NX Venlo, tel. 077-3514243, www.venlo.gkv.nl; jaschelling@gkv.nl

Individuele en pastorale steun bij rouwverwerking.

Ds. Gerard Rinsma, Schout Offermanstraat 34, 6042 XS
 Roermond, tel. 0475-325526,
www.protestantsegemeenteroermond.nl
gerard.rinsma@hetnet.nl
Rouwbegeleiding in groepsverband.

12. Centraal bureau Slachtofferhulp

Om de Toren 4, 6191 KZ Beek, tel. 046-4203500,
www.slachtofferhulp.nl; regio.limburg@slachtofferhulp.nl
Individuele en groepsgewijze steun.

13. Sensor Telehulpverlening Limburg (voorheen SOS-

Telefonische Hulpdienst)
 Tel. 045-5719999 / 077-3548888
www.telehulplimburg.nl en www.sensor.nl (chatten),
 e-mail: hulp-limburg@sensor.nl
Kindertelefoon: 0800-0432 | www.kindertelefoon.nl (chatten)
Stichting Telehulpverlening Limburg, Postbus 283, 5900 AH
 Venlo, tel. 077-3548888, info@telehulplimburg.nl
 Op dinsdagavond en donderdagmiddag op MSN e-mail
sos-limburg@soshulp.nl
Steun bij rouw, een luisterend oor via telefoon of pc.

14. Centraal Bureau Algemeen Maatschappelijk Werk

Vogelsbleek 10, 6001 BE Weert, tel. 0495-577111, www.amwml.nl;
centraalbureau@amwml.nl
*Individuele begeleiding bij verliesverwerking en gespreksgroep
 rouwbegeleiding voor partners.*

15. Proteion Welzijn

De heer Björn Maessen, Dorpstraat 32, 6095 AH Baexem, tel.
 0475-453033, www.stichtingwelzijn.nl; bjornmaessen@proteion.nl
*Bezoekdienst aan weduwen en weduwnaars door vrijwilligers die
 zelf lotgenoot zijn.*

16. Riagg Zuid

Postbus 21, 6040 AA Roermond, tel. 0475-387474, mevrouw
 Hanneke Keiren en mevrouw Marion Tromp, www.riaggzuid.nl;
mtromp@riaggzuid.nl
*Rouwtherapie individueel. Rouwverwerking in groepsverband, zoals
 gespreksgroep 'Nabestaanden na suicide'.*

17. Regionaal Centrum GGZ Weert

Vogelsbleek 7, 6001 BE Weert, tel. 0495-572000,
www.rcggz-weert.nl; rcggz-weert@rcggz-weert.nl

3. Zorg

Geschoolde vrijwilligers of professionele hulpverleners bieden een
 luisterend oor en geven voorlichting in de periode rondom het overlijden,
 meestal kortdurend.

Voor wie	Welke vorm	Ga naar
Schoolgaande kinderen, hun ouders en hun leerkrachten	Zorg bij en informatie over verdriet en rouw bij schoolgaande kinderen	Adreslijst nr. 19 en 20
Nabestaanden van mensen overleden aan kanker	Vrije inloop voor gesprek en informatie	Adreslijst nr. 8
Mensen met een verstandelijke beperking	Informatie en ondersteuning voor deze bijzondere groep	Adreslijst nr. 1
Nabestaanden van een verkeersongeval of geweldsdelict	Bieden van zorg	Adreslijst nr. 12

4. Begeleiding

Professionele hulpverleners of geschoolde vrijwilligers begeleiden de
 rouwenden individueel of in groepen volgens een omschreven methode
 gedurende een bepaalde periode.

Voor wie	Welke vorm	Ga naar
Mannen en vrouwen na verlies partner	Individuele begeleiding	Adreslijst nr. 10 en 14
Mannen en vrouwen na verlies partner	Rouwbegeleiding in groep	Adreslijst nr.14, 9, 10 en 11
Nabestaanden na zelfdoding	Rouwbegeleiding in groep	Adreslijst nr. 16
Mannen en vrouwen na dood van kind	Rouwbegeleiding in groep	Adreslijst nr. 16 + 7
Nabestaanden van mensen overleden aan kanker	Zowel individueel als in groepsverband wordt begeleiding geboden	Adreslijst nr. 8

5. Therapie

Hulpverlening in een ingewikkeld rouwproces of bij rouw die u ziek maakt, gegeven door professionele hulpverleners gedurende een bepaalde periode.

Voor wie	Welke vorm	Ga naar
Volwassenen	Individueel na intakegesprek	Adreslijst nr. 16, 17 en 18
Nabestaanden van mensen overleden aan kanker	Individuele psychologische hulp	Adreslijst nr. 8

Adreslijst

- MEE Noord- en Midden-Limburg**
Postbus 983, 5900 AZ Venlo, Drie Decembersingel 48c, 5921 AC Venlo, tel. 077-3961515, www.mee.nl; j.olivier@mee-nml.nl
Info en ondersteuning aan mensen met een beperking.
- Bureau Jeugdzorg**
Mariagardestraat 64, 6041HM Roermond, tel. 0475-335595, www.bjzlimburg.nl; roermond@bjzlimburg.nl
Individuele en gezinsbegeleiding.
- MFC 't Paradies**
De heer Marcel van Vliet, Munsterstraat 61, 6041 GA Roermond, tel. 0475-470047, www.paradiesroermond.nl; m.vanvliet@welkom.nu; sofia@sdroesen.demon.nl
Lotgenotencontactgroep begeleid door geschoolde vrijwilligers.
- Sterke benen**
Mevrouw Annemie Jonkers, Gentiaan 34, 5803 CT Venray, tel. 0478-511026, a.jonk@kpnmail.nl
Alleenstaandenvereniging voor weduwen en weduwnaars, wandelen en fietsen. Mensen uit isolement halen door middel van recreatie en sociaal contact.

- Alleen samen**
Secretariaat: mevrouw J. Verhaag, Molenveldweg 4, 5975 AK Sevenum, tel. 077-4671338, joes47@hetnet.nl
Vereniging voor jonge weduwen en weduwnaars leeftijdsgrens 40-60 jaar / regio Midden-Limburg / 2x per maand activiteiten (1x wandelen en 1 avondactiviteit). Mensen uit isolement halen door middel van recreatie en sociaal contact.
- Alleenstaandenvereniging voor weduwen en weduwnaars**
Mevrouw A. Teeuwen-van Mullekom, Eikenhof 38, 5985 RX Grashoek, tel. 077-3072119.
Leeftijdsgrens vanaf 55 jaar / regio Midden-Limburg. Mensen uit isolement halen door middel van recreatie en sociaal contact.
- Vereniging van Ouders van een Overleden Kind**
0900-202272 Mevrouw Kitty Huisman, tel. 045-5641255, www.vook.nl; ceghuisman@kpnplanet.nl
Individuele en groepswijze steun bij rouw na overlijden kind.
- Toon Hermans Huis**
Mevrouw Lia de Loey, Nieuwstraat 41a, 5911 JS Venlo, tel. 077-3211433, www.toonhermanshuisvenlo.nl; info@toonhermanshuisvenlo.nl
De heer Poels, Paardestraat 31, 6131 HB Sittard, tel. 046-4516474, www.toonhermanshuissittard.nl; admthhs@12move.nl
Het bieden van een luisterend oor, gesprek met lotgenoten, informatie bieden en gespreksgroepen voor alle leeftijden - voor mensen die met kanker geconfronteerd zijn.
- Humanitas**
De heer Pedro van Zuijdham, Humanitas Weert, Dries 64, 6006 HT Weert, 0495-430615, www.humanitas.nl/afdeling/weert; p.vanzuijdham@kpnplanet.nl
Bijeenkomsten voor lotgenoten van een overleden partner en wanneer men te maken krijgt met een echtscheiding.
- Parochie Kapel in 't Zand**
Rector K. Weerkamp, tel. 0475-315461 en de heer J. van Buel, Haaghuisen 4, 6042 WD Roermond, tel. 0475-340995, www.kapelinhetzand.nl; k.weerkamp@redemptoristen.nl
Rouwbegeleiding individueel of in groepsverband (6 bijeenkomsten).
- Protestantse Gemeente Roermond**