



**Gespreksgroep  
rouwverwerking bij  
partnerverlies  
Leren omgaan met verlies**

**d.ras**

Voor iedereen in Amsterdam-Noord. Dus ook voor u!

**Doras**

**Maatschappelijke dienstverlening Amsterdam-Noord**

---

# **Gespreksgroep rouwverwerking bij partnerverlies**

## **Leren omgaan met verlies**

### **Voor wie?**

Deze gespreksgroep is er voor mensen van wie de partner is overleden en die moeite hebben met het verwerken van dit verlies.

Mensen die aan de gespreksgroep wensen deel te nemen, hoeven niet gehuwd te zijn geweest. Er is geen leeftijdsgrens.

Het is onze ervaring dat het pas zinvol is om aan de groep deel te nemen als het verlies minimaal drie maanden oud is. Als voorwaarde geldt dat men bereid moet zijn om te praten over de gevoelens die het verlies van een partner met zich meebrengt en te luisteren naar anderen.

### **Doel**

Het doel van de gespreksgroep is het leren hanteren van deze gevoelens en het leren uiten van verdriet. Onderlinge herkenning speelt daarbij een belangrijke rol. Alleen iemand die het verlies zelf heeft meegemaakt wéét waarover je het hebt. Als lotgenoten kun je elkaar helpen, steunen en stimuleren om het verdriet te beleven, in plaats van weg te duwen.

## Onderwerpen

Tijdens de gesprekken kunnen verschillende onderwerpen aan bod komen zoals:

- Wat te doen met de persoonlijke bezittingen van de overledene;
- Hoe ga je om met feest- en gedenkdagen;
- Reacties van de omgeving;
- Hoe ga je om met plotselinge en verwarrende emoties;
- Informatie over zelfhulpgroep;
- Onderwerpen die door de deelnemers zelf ter sprake worden gebracht.

## Praktische informatie

De groep bestaat uit maximaal acht deelnemers en wordt begeleid door twee maatschappelijk werkers. Na aanmelding vindt een intakegesprek plaats met deze beide medewerkers. De groep komt in totaal vier keer bijeen.

## Aanmelding

Voor deelname aan de gespreksgroep rouwverwerking kunt u zich aanmelden bij het Algemeen Maatschappelijk Werk van Doras, tel. 020 - 435 45 55.

U kunt er ook terecht voor informatie.

## Bescherming persoonsgegevens.

DORAS legt persoonsgegevens vast van cliënten in dossiers. Hierop is de Wet Bescherming Persoonsgegevens (WBP) van toepassing. Doras heeft een privacy reglement waarin de toepassing van de WBP is geregeld (waaronder inzage en correctierecht).

Het reglement is in te zien op het centraal bureau van Doras. Tevens is er een aparte folder over WBP beschikbaar die verkrijgbaar is op elk kantoor van Doras.

## Stichting Doras

Telefonisch bereikbaar van 9.00-15.00 uur

**T 020 - 7510 610**

### Locaties en bereikbaarheid

**Nieuwendam** Volendammerweg 51B

inloopspreekuur: ma. di. do. en vr. van 9.00-12.00 uur

**Tuindorp Oostzaan** Aldebaranplein 2C

inloopspreekuur: ma. di. do. en vr. van 9.00-12.00 uur

**Midden Noord** Hagedoornplein 1F

inloopspreekuur: ma. di. do. en vr. van 13.30-16.30 uur

**Banne Buiksloot** Banne Buikslootlaan 135

inloopspreekuur: ma. di. do. en vr. van 13.30-16.30 uur

### Centraal adres Doras

Statenjachtstraat 2

1034 EC Amsterdam

T 020 - 435 45 55

E [post@doras.nl](mailto:post@doras.nl)

[www.doras.nl](http://www.doras.nl)

Inwoners van Amsterdam-Noord kunnen met praktische, sociale en maatschappelijke vragen en problemen terecht bij Doras. Deze instelling is het knooppunt voor alle maatschappelijke diensten in Amsterdam-Noord.

**doras**

Maatschappelijke dienstverlening AMSTERDAM-NOORD

