

## Financiering en ondersteuning

Deze groep is een initiatief van de Stichting Nabestaanden na Zelfdoding Eindhoven.

Vanuit een aantal fondsen wordt deze stichting ondersteund.

Het werk wordt ondersteund door Eindhovense welzijnsinstellingen zoals GGzE, Sociaal Maatschappelijk Werk, GGD en anderen.

Met de Stichting Zelfhulpnetwerk Zuidoost-Brabant is een intens samenwerkingsverband.

Omdat deze groep door een professional wordt begeleid, wordt van de deelnemers een financiële bijdrage gevraagd.

*Acquisitie naar aanleiding van deze folder wordt niet op prijs gesteld.*

## Meer informatie of aanmelden?

### Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant

Pastoriestraat 147

5612 EK Eindhoven

T : 040 - 211 83 28

E : [info@zelfhulpnetwerk.nl](mailto:info@zelfhulpnetwerk.nl)

### Stichting Zelfhulp Netwerk is werkzaam in onderstaande gemeenten:

Eindhoven                      Veldhoven

Helmond                        Laarbeek

Geldrop-Mierlo                Asten

Best                              Someren

Deurne

*In bovengenoemde gemeenten is een afspraak op locatie mogelijk.*

## Nabestaanden na zelfdoding



## Gespreksgroep voor nabestaanden na zelfdoding



## Hoe verder leven na zelfdoding?

Wanneer je iemand door zelfdoding hebt verloren komen er vaak verwarde gevoelens en gedachten naar boven.

Ook zijn er vragen zoals:

- Waarom toch?
- Had ik iets kunnen doen om het te voorkomen?
- Wat is nu nog de zin van mijn leven?
- Hoe krijg ik mijn leven weer op de rit?
- Hoe kan ik verder?



## Ervaringen delen in een groep

Het helpt om in een groep samen met lotgenoten ervaringen te delen en te praten over deze verwarrende gevoelens en gedachten.

De Stichting Nabestaanden na Zelfdoding biedt elk najaar de mogelijkheid om in een ontmoetingsgroep stil te staan bij 'hoe verder na zelfdoding'

De groep wordt begeleid door een ervaren professional: Anka Steinfort, rouw- en traumatherapeut.

Anka heeft ruime ervaring in het begeleiden van mensen met een groot verlies.

Zij is bereikbaar voor nadere informatie:

**Anka Steinfort (begeleider)**

T : 06 - 23920103

E : ankasteinfort@gmail.com



## Kennismakingsgesprek

Voorafgaand aan deelname is er een kennismakingsgesprek. Dit gesprek kan ook adviserend van aard zijn.

Wanneer u zich afvraagt of deze groep iets voor u is, bent u van harte welkom.

En wanneer bijvoorbeeld blijkt dat de groep te vroeg komt, is er mogelijkheid tot overbrugging.

## Bijeenkomsten

De begeleidingsgroep voor volwassen nabestaanden start elk jaar in het najaar.

De groep komt tien keer bij elkaar in Eindhoven.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de begeleider of met het Zelfhulpnetwerk (zie achterzijde).