



Programma 2024

OMWARMING

Samen afscheid nemen

Ben je iemand verloren die je graag ziet?

Misschien was het een lange, afmattende periode van afscheid nemen of een veel te korte, intense periode. Of misschien was er helemaal geen tijd of ruimte voor afscheid..

We weten dat het voor jou nu een moeilijke periode is. Het nazorgproject **OMWARMING** van **Heidehuis vzw** wil er voor jou zijn, zodat je dit niet alleen hoeft te dragen. We doen vrijblijvend een uiteenlopend aanbod voor mensen die een dierbare verloren.

Informatiemomenten - Lotgenotencontacten

Inloopmomenten - Schrijfgroep - Kinderworkshops

Je vindt meer info op www.heidehuis.be. Je kan ons contacteren via omwarming@heidehuis.be of 050 40 61 50.

Jij hebt deze informatie ontvangen maar wellicht zijn er nog familieleden, vrienden of belangrijke anderen van jouw dierbare die deze informatie niet kregen. Zou je hen ook willen informeren? Misschien zullen ze hier ook deugd van hebben.

We wensen je veel warmte toe en hopen dat ons aanbod op één of andere manier, voor jou zinvol mag zijn.

Omwarming

Samen afscheid nemen
Heidehuis vzw
Netwerk Palliatieve Zorg
Fazantendreef 11
8200 Sint-Michiels Brugge

www.heidehuis.be
omwarming@heidehuis.be
050 40 61 50
KBO 0434 135 970
RPR Gent, afdeling Brugge

Informatiemomenten

Tijdens een informatiemoment weerleggen we een aantal mythes over rouw. Je leert ook meer over een recente, hedendaagse kijk op rouw.

Griet Gobyn verzorgt deze voordrachten. Zij is psycholoog en vormingsverantwoordelijke bij Heidehuis vzw, trekker van het nazorgproject Omwarming en docente in het postgraduaat rouw en verlies in de Arteveldehogeschool.

Deze lezing bieden we 4 keer per jaar aan.

Data

Ma 26 februari van 14u tot 16u30

Ma 10 juni van 19u tot 21u30

Ma 9 september van 19u tot 21u30

Ma 9 december van 14u tot 16u30

Deelname is gratis maar inschrijven is noodzakelijk via:

omwarming@heidehuis.be.

Na inschrijving delen we de locatie mee.

Lotgenotencontacten

Er zijn lotgenotencontacten voor verschillende doelgroepen. Deze groepsgesprekken worden begeleid door een professioneel therapeut en een opgeleide vrijwilliger.

We voorzien een reeks van zes gesprekken, telkens rond een vastliggend thema. We werken met een vaste groep, dat betekent dat je meteen inschrijft en je ook engageert voor de zes momenten. De groepen bestaan uit minimaal vier en maximaal acht deelnemers.

We starten een groep bij voldoende interesse. Deelnemen aan deze groepen kan vanaf drie maanden na het overlijden van je dierbare. Kostprijs voor de ganse reeks is 15€. Geïnteresseerd? Laat het weten via mail op omwarming@heidehuis.be. en geef ook meteen op of je overdag of 's avonds kan/verkiest.

Inloophmomenten voor en door lotgenoten

Twee keer per maand zetten we de deuren van het Heidehuis open voor nabestaanden.

Je kan hier zonder inschrijving terecht voor een babbel, een drankje en vooral veel warm contact met lotgenoten. Praten over het verlies kan, maar hoeft niet. Je kan er voorbeeld ook voor kiezen om een spelletje te spelen of te keuvelen over het hier en nu, of....

We bieden een maaltijd aan tijdens de inloophmomenten 's avonds, aan een zeer democratische prijs. Hiervoor moet je je **NIET** inschrijven.

De inloophmomenten gaan nu steeds door in het dagcentrum van Heidehuis vzw: Sint-Andriesdreef 11, 8200 Sint-Michiels.

Meer info en inschrijven kan via omwarming@heidehuis.be.

Datum en uur	Mogelijkheid tot avondmaal
Zo 14/01/24 tussen 14u en 17u	-
Zo 28/01/24 tussen 14u en 17u	-
Zo 11/02/24 tussen 14u en 17u	-
Zo 25/02/24 tussen 14u en 17u	-
Do 14/03/24 tussen 18u en 21u	Avondmaal
Zo 31/03/24 tussen 14u en 17u	-
Di 09/04/24 tussen 18u en 21u	Avondmaal
Zo 28/04/24 tussen 14u en 17u	-
Do 10/05/24 tussen 18u en 21u	Avondmaal
Zo 26/05/24 tussen 14u en 17u	-
Di 04/06/24 tussen 18u en 21u	Avondmaal
Zo 23/06/24 tussen 14u en 17u	-
Zo 14/07/24 tussen 14u en 17u	-
Zo 25/08/24 tussen 14u en 17u	-

Schrijfgroep

Een schrijfgroep onder begeleiding van Els Vercruyssen, maandelijks op vrijdagmiddag van 14u tot 16u in het Heidehuis.

Weet je dat schrijven een krachtig hulpmiddel is bij het omgaan met verlies en verdriet? Terwijl je schrijft luister je naar jezelf en geef je aandacht aan wat er in je leeft, je gemis en je pijn, je gedachten en je gevoelens, je dankbaarheid en je hoop.

Schrijfervaring is niet nodig. Per samenkomst vragen we €5. Je kan dit ter plaatse betalen. Inschrijven: omwarming@heidehuis.be.

Data

19/01, 23/02, 22/03, 19/04, 17/05, 21/06

Kinderworkshop

In samenwerking met *Compassionate Brugge*, *Missing You* en *Rouw- en verliescafé Vlaanderen* organiseren we creatieve workshops rond rouw- en verlies, voor kinderen die geconfronteerd werden met een overlijden in de omgeving.

We richten ons tot kinderen van **5 tot 9 jaar**.

Omdat er nog wat misverstanden bestaan rond rouw bij kinderen, organiseren we gelijktijdig een informatiemoment hierover voor belangrijke zorgfiguren van de aanwezige kinderen.

Griet Gobyn verzorgt deze informatiemomenten Zij is psycholoog en vormingsverantwoordelijke bij Heidehuis vzw.

Deelname is gratis maar Inschrijven is noodzakelijk via: omwaming@heidehuis.be.

Data

Woe 20/03/24 15u30 tot 17u30

Za 15/06/24 10u tot 12u