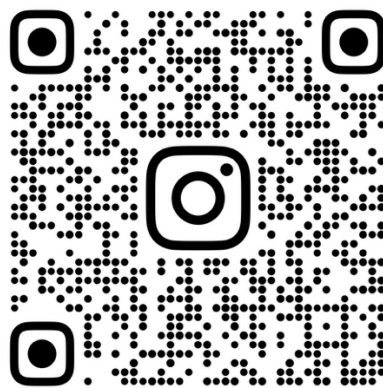


# Informatiegids na verlies in je zwangerschap

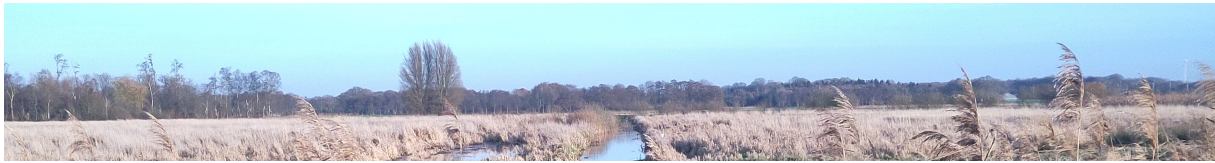
— Renee —

begeleiding na verlies in je zwangerschap



**RENEEBEGELEIDING**

Renee. Begeleiding na abortus en miskraam | Norlingerweg 1B 9321VG Peize  
[www.reneebegeleiding.nl](http://www.reneebegeleiding.nl) | [info@reneebegeleiding.nl](mailto:info@reneebegeleiding.nl) | 06-42532823  
BTW NL005171221B72 | BIG 39917526201 | KVK NL005171221B72



## Algemene informatie over verlies

- [Loss App](#) – App en informatie over rouw.
- [Steunpunt Nova](#) – Ondersteuning bij verlies en rouw.
- [Stille Levens](#) – Informatie over overlijden van een kind.

## Abortus

- [SIRIZ](#) – Informatie en ondersteuning bij abortus.
- [FIOM](#) – Psychosociale ondersteuning bij ongewenste zwangerschap en abortus.
- [Podcast](#) – Uitleg over de verschillende opties bij abortus.
- [Abortuspil](#) – De werking uitgelegd in een kort filmpje.
- [Curettag](#) – Uitleg over de operatie bij abortus.

## Lotgenoten en steungroepen

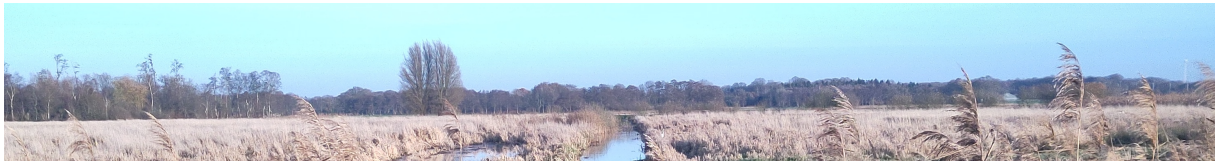
- [Lieve Engeltjes](#) – Lotgenotencontact voor ouders die een kind verloren.
- [Ouders Overleden Kind](#) – Platform voor ouders die een kind hebben verloren.

## Initiatieven

- [Wereldlichtjesdag](#) – Herdenkingsdag voor overleden kinderen.
- [Baby Loss Awareness](#) – Wereldwijd bewustwordingsinitiatief.

## Herinneringen maken

- [Stichting Still](#) – Herinneringen creëren na verlies.
- [Make a Memory](#) – Herdenkingsproducten en herinneringen.
- [Mijn Baby Buikje](#) – Herinneringsmogelijkheden voor ouders.
- [Werk na Verlies](#) – Terugkeren naar het werk na verlies.



## Kijken

Tip: kijk samen, dan kun je bespreken wat je raakt.

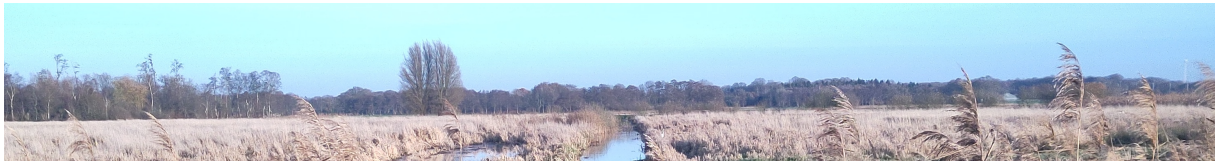
### 1. Documentaire / Film over rouw en verlies

- *A Man Called Otto*  
Film over een man die met verlies en rouw worstelt na het verlies van zijn vrouw.
- *Blonde*  
Fictief verhaal over Marilyn Monroe, met thema's van verlies, eenzaamheid en emotioneel trauma.
- [David Kessler over rouw](#)  
Wat niemand je vertelt over rouw.
- [“Maar je was er wél” – NPO Doc](#)  
Documentaire over miskraam.
- [Melk](#)  
Korte film over kolven na een stilgeboorte.
- [Rouwkost – Papa's rouwen ook](#)  
Documentaire over vaders en rouw.
- *Pieces of a Woman*  
Over verlies van een baby tijdens een thuisbevalling en de nasleep voor het gezin.
- [Romeo – Korte film](#)  
Over stilgeboorte bij 27 weken, verschil in rouwen tussen man en vrouw.
- *Stil* – [RTV Oost](#)  
Documentaire over hoe ongedoopte, doodgeboren kindjes en hun ouders een stem kregen
- [Sympathie vs empathie](#)  
Verschil tussen sympathie en empathie.
- *Three Women*  
Documentaire over drie vrouwen en hun ervaringen met verlies en trauma.

### 2. Abortus / Vroege zwangerschap

- *4 maanden, 3 weken, 2 dagen*  
Film over illegale abortus in communistisch Roemenië en de impact op vrouwen.
- *April*  
Persoonlijk verhaal over zwangerschap, keuzes en verlies.
- [Dit is mijn verhaal](#)  
Documentaire over besluitvorming bij onverwachte zwangerschap
- [Grensgevallen – NPO](#)  
Over abortus.

Renee. Begeleiding na abortus en miskraam | Norlingerweg 1B 9321VG Peize  
[www.reneebegeleiding.nl](http://www.reneebegeleiding.nl) | [info@reneebegeleiding.nl](mailto:info@reneebegeleiding.nl) | 06-42532823  
BTW NL005171221B72 | BIG 39917526201 | KVK NL005171221B72



Quote: “Je kiest niet voor de dood, maar je kiest voor een ander leven. Hoe minder ruimte de ervaring krijgt, hoe meer deze neemt in het leven.”

- *Never Rarely Sometimes Always*  
Over een tiener die een abortus probeert te regelen en de emotionele gevolgen ervan.
- *Obvious Child*  
Komische dramafilm over een jonge vrouw, onverwachte zwangerschap en abortus.

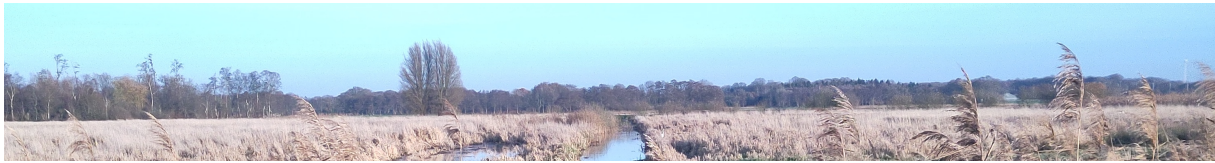
### 3. Gezins- en relatieverhalen

- *Blauwe ballen*  
Film over relaties, intimiteit en emoties binnen gezin en vriendschap.
- *Dead to Me*  
Serie over vriendschap, verlies en rouw na onverwachte sterfgevallen.
- *Erin Brockovich*  
Film over een vrouw die strijdt voor rechtvaardigheid en de impact op haar persoonlijke leven.
- *Fleabag*  
Serie over persoonlijke relaties, verlies, rouw en zelfreflectie.
- *Heb je geen kinderen?* – NPO Start  
Serie/documentaire over ouderschap en de keuzes die mensen maken.
- *Sweet Home Alabama*  
Romantische film over relaties, keuze tussen partner en familie.
- *This Is Us*  
Serie over gezin, verlies, rouw en familierelaties.
- *Up*  
Animatiefilm over liefde, verlies van een partner en het omgaan met verdriet.

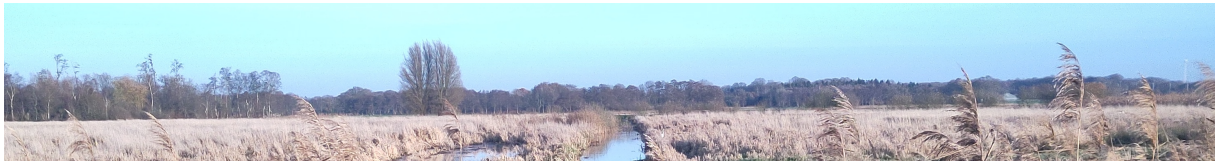
### 4. Fictie / Historisch / Klassiek

- *Children of Men*  
Dystopische film over een wereld waarin geen kinderen meer worden geboren, thema's van verlies en hoop.
- *Gone with the Wind*  
Klassiek verhaal over liefde, verlies en overleven in de Amerikaanse Burgeroorlog.
- *Kinds of Kindness*  
Over menselijke relaties, keuzes en morele dilemma's (thema's van verlies en empathie).
- *Possession*  
Romantisch-historisch drama over liefde, obsessie en persoonlijke verliezen.

Renee. Begeleiding na abortus en miskraam | Norlingerweg 1B 9321VG Peize  
[www.reneebegeleiding.nl](http://www.reneebegeleiding.nl) | [info@reneebegeleiding.nl](mailto:info@reneebegeleiding.nl) | 06-42532823  
BTW NL005171221B72 | BIG 39917526201 | KVK NL005171221B72



- *Snow White: A Tale of Terror*  
Donkere hervertelling van Sneeuwwitje, fictief verhaal met verlies en strijd.
- *The Help*  
Over sociale ongelijkheid en persoonlijke verlieservaringen in Mississippi in de jaren '60.



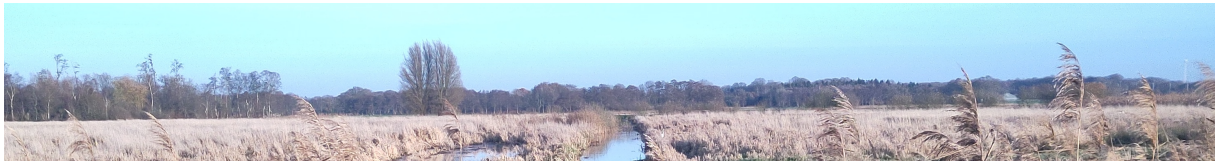
## Luisteren

### Muziek

- [Spotify afspeellijst](#) – Afleiding en rustgevende muziek.
- [Kerstverhaal](#) – De gestolen kerstboom

### Mindfulness

- [10 minuten mindfulness bodyscan](#)
- [5 minuten mindfulness audio](#)



## Lezen

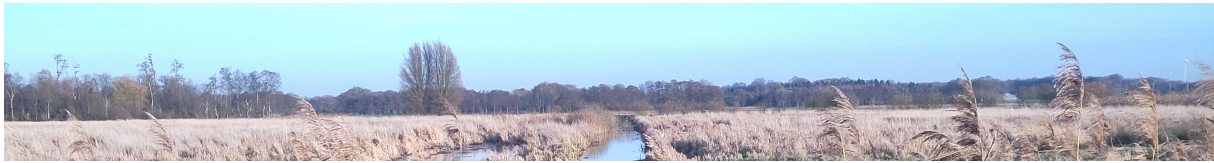
### 1. Miskraam / Stilgeboorte

- *Rouwen na het verlies van je baby* – Katy Beckers  
Handboek voor ouders die een baby verliezen.
- *In de zee van mama's buik* – Leen van den Berg  
Verwerking van verlies door verhalen en illustraties.
- *Alles komt goed* – Renee Brouwer  
Persoonlijke verhalen over omgaan met verlies.
- *Dag liefje* – Anja Dalhuisen  
Om voor te lezen aan je overleden kindje
- *Stille baby's* – Christine Geerinck  
Over verlies van een baby tijdens de zwangerschap.
- *Vallende veertjes* – Monique Hurkmans  
Over verwerking en troost na verlies.
- *Kindje in de wolken* – Wanda Ottens  
Boek voor kinderen en ouders over verloren kindje.
- *Mama had een baby in haar buik* – Femke van Midden  
Voor kinderen en ouders, uitleg over zwangerschap en verlies.
- *Er was eens een zieltje* – Marie Claire van der Bruggen  
Symbolisch verhaal over verloren kinderen.
- *Zonnekind* – zonnekinderen.org  
Herdenkingsverhalen en steun voor ouders.
- *Voor altijd ons kind* – Marjolein Visser  
Herinneringen en rouwverwerking na verlies van kind.
- *Altijd een kind tekort* – Jeanette Rietbergen  
Over verdriet en rouw bij verlies van een kind.
- *De echo van mijn kind* – Harm Wagermakers  
Persoonlijke verhalen over zwangerschap en verlies.
- *Wenskind* – Gaby Rasters  
Het verlangen naar een kind en rouw na verlies.
- *Als je een prille zwangerschap verliest* – Bernard Zpitz  
Gids over emotionele verwerking bij vroeg verlies.

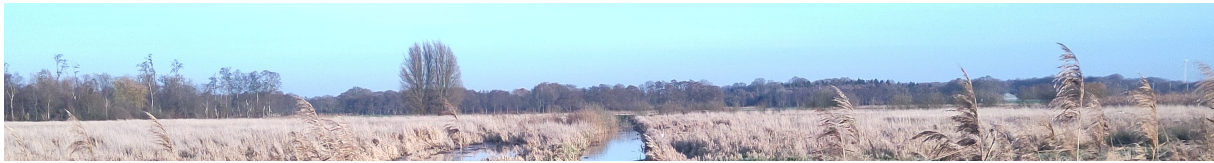
### 2. Rouw / Verlies kind

- *Maar ik hield al wel van je* – Marjolijn de Cocq  
Over gemis en liefde bij verlies.
- *Anders* – Elsemieke Corvers  
Omgaan met verlies en anders zijn na rouw.

Renee. Begeleiding na abortus en miskraam | Norlingerweg 1B 9321VG Peize  
[www.reneebegeleiding.nl](http://www.reneebegeleiding.nl) | [info@reneebegeleiding.nl](mailto:info@reneebegeleiding.nl) | 06-42532823  
BTW NL005171221B72 | BIG 39917526201 | KVK NL005171221B72



- *Lieve Boris* – Anja Dalhuisen  
Voor kinderen over verlies en afscheid nemen.
- *Alles komt goed* – Renee Brouwer  
Persoonlijke verhalen over omgaan met verlies.
- *Papa's rouwen ook* – Bjorn Visser  
Verhalen over vaders en rouw bij verlies van kind.
- *Terugkeer naar huis* – Marie Claire van der Bruggen  
Verwerking van verlies door verhalen en poëzie.
- *Sprookje van de dood* – Marie Claire van der Bruggen  
Symbolische verhalen over overlijden en rouw.
- *Sara en Liv* – Suzan Hilhorst  
Verlies van 2 dochters vlak na de geboorte
- *Mama, ik kom jou wel troosten* – Brigit Nieuwensteijn  
Troost en verwerking voor kinderen na verlies.
- *Dag meisje* – Marit Leeuwenhart  
Persoonlijk verhaal over verlies van kind.
- *In mijn voetsporen* – Sarah Meuleman  
Over verwerking van verlies en herinneringen.
- *Samen verder na verlies van een kind* – Beate Matznetter  
Handboek voor ouders die een kind verloren.
- *Vingerafdruk van verdriet* – Manu Keirse  
Psychologische gids over rouw en verwerking.
- *De mijne zijn de liefste* – Magda Hengst  
Kinderboek over gemis en liefde in een samengesteld gezin.
- *Onder water* – Annet Hulst  
Roman over rouw en verwerking.
- *Straal, Stella straal* – Veerle Wouters  
Inspirerend verhaal over omgaan met verlies.
- *Onno, een bijzonder broertje* – Hannelore Waeles  
Verhaal over verlies van een broertje en verwerking.
- *De rode ballon* – Nadja Sever  
Fictief verhaal over rouw en verlies.
- *Het rouwt in jou* – Christine Vandenhole  
Handboek over rouwverwerking bij kinderen en ouders.
- *Een regenboog in jou* – Christine Vandenhole  
Troost bij verlies van kind, symboliek van regenboogkind.
- *Het leven zonder* – Juliette Zwaan Zwagemakers  
Verlies vlak na de geboorte



### 3. Abortus / Onverwachte zwangerschap

- *Het drama in de moederschoot* – Alfred Austerlitz  
Over abortus en ethiek.
- *Man en abortus* – Basti Baroncini  
Perspectief van mannen bij abortus en betrokkenheid partner.
- *De Janes* – Heather Marshall  
Over clandestiene abortusklinieken en vrouwenrechten.
- *Onverwacht* – Sanne van der Hout  
Persoonlijk verhaal over onverwachte zwangerschap en keuzes.

### 4. Fertiliteit

- *Wonderkind verwacht* – Marieke Poelmann  
Van medisch traject naar zwangerschap vol vertrouwen
- *Stilte voor de storm* – Lianne Zandstra  
Als kinderen krijgen niet lukt

### 5. Spiritueel / Troost

- *Kinderen uit de lichtjes wereld* – Ruth Meijer  
Over overleden kinderen en lichtwereld.
- *Van aarde mens tot lichtwezen* – Monique Plaisier  
Over overgang van leven naar spiritueel bestaan.
- *Boodschappen van kinderen uit de spirituele wereld* – Mercedes Sharrocks  
Communicatie met overleden kinderen; spiritueel perspectief.

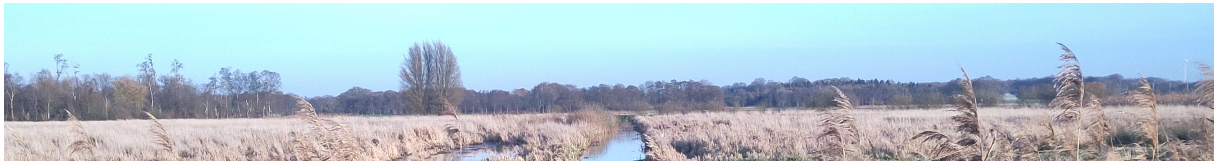
### 6. Hechting / Psychologie

- *Attachment and loss* – John Bowlby  
Klassiek werk over hechting en verlies.
- *Houd me vast* – Sue Johnson  
Over hechting, relaties en emotionele binding.
- *Verlieskunde* – Herman de Monnik  
Over de psychologie van rouw en verlies.

### 7. Fictie / Symbolisch verlies

- *Maar ik hield al wel van je* – Marjolijn de Cocq.  
Over gemis en liefde bij verlies.
- *Het voorval* – Annie Ernaux  
Persoonlijke reflecties over verlies en afscheid.

Renee. Begeleiding na abortus en miskraam | Norlingerweg 1B 9321VG Peize  
[www.reneebegeleiding.nl](http://www.reneebegeleiding.nl) | [info@reneebegeleiding.nl](mailto:info@reneebegeleiding.nl) | 06-42532823  
BTW NL005171221B72 | BIG 39917526201 | KVK NL005171221B72



- *De Mitsukoshi troostbaby company* – Auke Hulst  
Roman over verlies, troost en menselijke relaties.
- *Sem het Eskimootje* – Nicole Vennik - Klijn  
Symbolisch verhaal voor kinderen over een ICSI vruchtbaarheidsbehandeling.

## 8. Kinderboeken

- *Lieve Boris* – Anja Dalhuisen  
Voor kinderen over verlies en afscheid nemen.
- *Mama, ik kom jou wel troosten* – Brigit Nieuwensteijn  
Troost en verwerking voor kinderen na verlies.
- *In de zee van mama's buik* – Leen van den Berg  
Verwerking van verlies door verhalen en illustraties.
- *Sammie* – Annemarie van Bokhoven  
Over een kind dat overlijdt en de impact op gezin.
- *De mijne zijn de liefste* – Magda Hengst  
Kinderboek over gemis en liefde in een samengesteld gezin.
- *Dag lief muisje, woezel en pip* – Guusje Nederhorst  
Afscheid van een dierbare
- *Mijn kleine grote broer / zus* – Sanne Ovaere  
Voor kinderen die een broer of zus verloren hebben.
- *Kindje in de wolken* – Wanda Ottens  
Boek voor kinderen en ouders over verloren kindje.
- *Een regenboog in jou* – Christine Vandenhole  
Troost bij verlies van kind, symboliek van regenboogkind.
- *Dag meisje* – Marit Leeuwenhart  
Persoonlijk verhaal over verlies van kind, geschikt voor jongeren.
- *De rode ballon* – Nadja Sever  
Fictief verhaal over rouw en verlies voor kinderen.
- *Sem het Eskimootje* – Nicole Vennik - Klijn  
Symbolisch verhaal voor kinderen over een ICSI vruchtbaarheidsbehandeling.
- *Onno, een bijzonder broertje* – Hannelore Waeles  
Verhaal over verlies van een broertje en verwerking.

*Als het donker is om je heen, zit er niets anders op  
dan een poosje te wachten tot je ogen aan de duisternis zijn gewend.*

*Haruki Murakami – Norwegian Wood*

Renee. Begeleiding na abortus en miskraam | Norlingerweg 1B 9321VG Peize  
[www.reneebegeleiding.nl](http://www.reneebegeleiding.nl) | [info@reneebegeleiding.nl](mailto:info@reneebegeleiding.nl) | 06-42532823  
BTW NL005171221B72 | BIG 39917526201 | KVK NL005171221B72