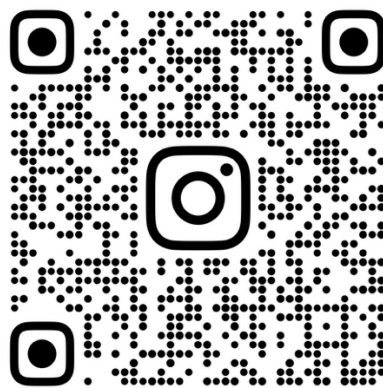


Informatiegids na verlies in je zwangerschap

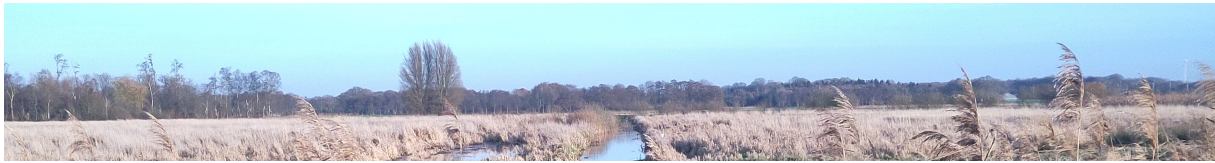
— Renee —

begeleiding na verlies in je zwangerschap



RENEEBEGELEIDING

Renee. Begeleiding na abortus en miskraam | Norlingerweg 1B 9321VG Peize
www.reneebegeleiding.nl | 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.
- [Curettagage](#) – Uitleg over de operatie bij abortus.

Lotgenoten en steungroepen

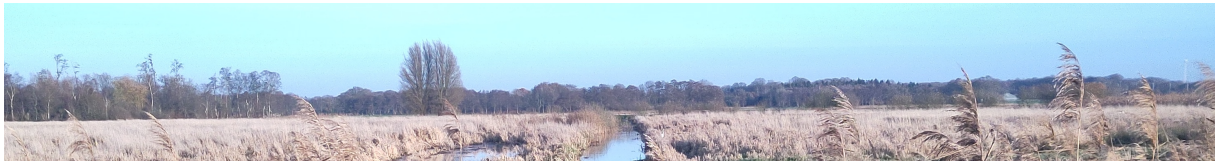
- [Lieve Engeltjes](#) – Lotgenotencontact voor ouders die een kind verloren.
- [Ouders Overleden Kind](#) – Platform voor ouders die een kind hebben verloren.

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.

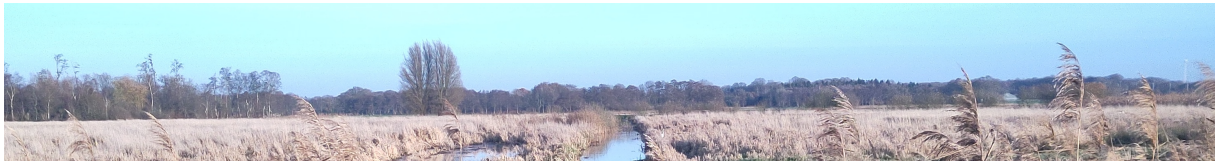
1. Documentaire / Film over rouw en verlies

- *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 | 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.

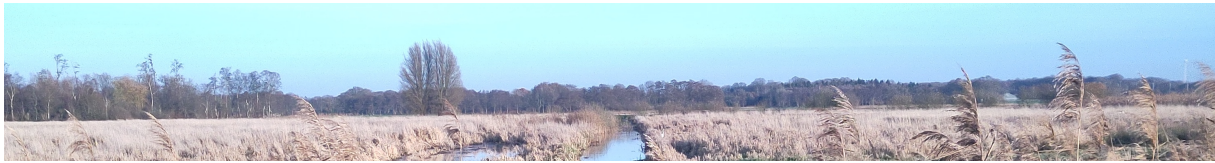
3. Gezins- en relatieverhalen

- *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 | 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.

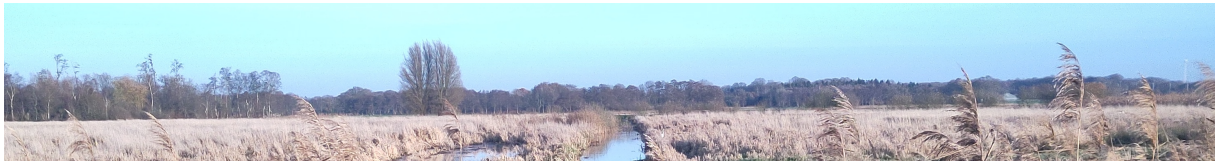
Luisteren

Muziek

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

Mindfulness

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



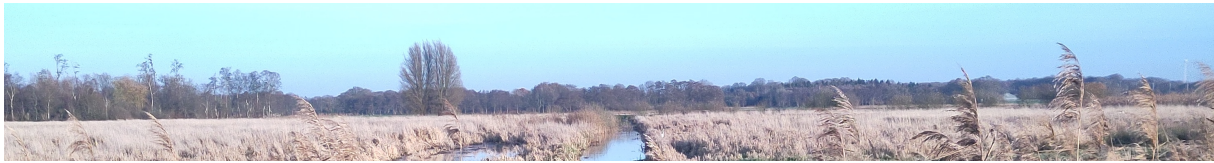
Lezen

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 Wagemakers
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.

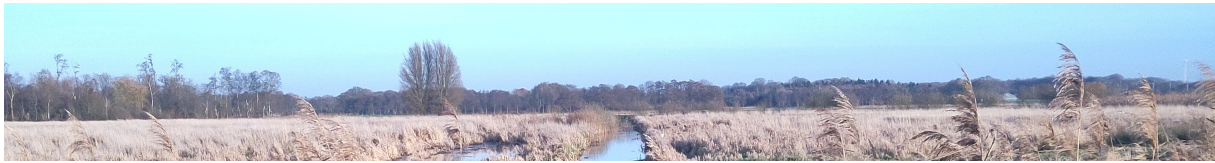


- *Anders* – Elsemieke Corvers
Omgaan met verlies en anders zijn na rouw.
- *Lieve Boris* – Anja Dalhuisen
Voor kinderen over verlies en afscheid nemen.
- *Alles komt goed* – Renee Brouwer
Persoonlijke verhalen over omgaan met verlies.
- *Papa's rouwen ook* – Bjorn Visser
Verhalen over vaders en rouw 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.
- *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.

3. Abortus / Onverwachte zwangerschap

- *Het drama in de moederschoot* – Alfred Austerlitz
Over abortus en ethiek.

Renee. Begeleiding na abortus en miskraam | Norlingerweg 1B 9321VG Peize
www.reneebegeleiding.nl | info@reneebegeleiding.nl | 06-42532823
BTW NL005171221B72 | BIG 39917526201 | KVK NL005171221B72



- *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. 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.

5. 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.

6. 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.
- *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.

7. 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.

Renee. Begeleiding na abortus en miskraam | Norlingerweg 1B 9321VG Peize
www.reneebegeleiding.nl | info@reneebegeleiding.nl | 06-42532823
BTW NL005171221B72 | BIG 39917526201 | KVK NL005171221B72



- *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.
- *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