

SAMEN STILSTAAN BIJ VERLIES

Rouwcafé Oss

biedt een plek om stil te staan bij het verlies van een dierbare, samen met anderen. Heeft u behoefte aan een kopje koffie en een fijn gesprek? Van harte welkom!

Professionele vrijwilligers en ervarings-deskundigen staan voor u klaar om met u te praten of een activiteit te ondernemen. Niets moet.

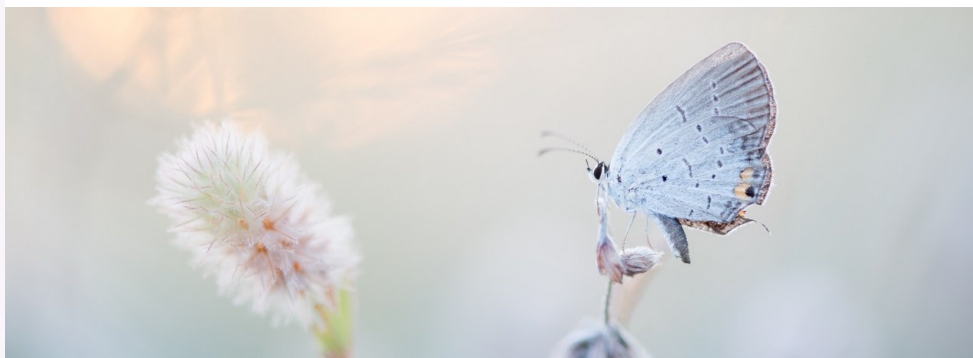
We verzorgen vier bijeenkomsten per maand, twee in de ochtend en twee in de avond.
En we begeleiden lotgenotengroepen voor

- moeders die een kind verloren door zelfdoding en
- jongeren die een vriend/vriendin verloren door zelfdoding of andere doodsoorzaken.

Deelname is geheel vrijblijvend en gratis. Ook is het mogelijk om samen met iemand langs te komen.

In deze nieuwsbrief

- Data februari
- Gedicht
- Locatie avonden in 2026
- Onze begeleiders bij congres over Rouw en Nazorg
- Boekaanbeveling
- Informatie flyer Rouwcafé
- Verlies van contact met je kind en/of kleinkind
- Lotgenotengroepen voor moeders na zelfdoding kind
- Vrienden na het leven
- Rouwcafé on Tour
- Word Vriend van het Rouwcafé
- Quote door Pieter aangereikt
- Voorgaande nieuwsbrieven lezen



Activiteiten agenda

Bijeenkomsten Rouwcafé overdag

4 februari van 10:00-11:30 uur

18 februari van 10:00-11:30 uur

Locatie De Bonte Hoef, De Vlasakkers 9, Oss

Bijeenkomsten Rouwcafé 's avonds

11 februari van 20:00-21:30 uur

25 februari van 20:00-21:30 uur

Locatie Het Warenhuis, Molenstraat 20, Oss

**Lotgenotenmoeders na zelfgekozen
levenseinde van kind**

Eerste groep donderdag 5 februari van 19:30 -
21:30 uur

Tweede groep maandag 9 maart van 19:30-
21:30 uur

Vrienden na het leven

Op woensdag 4 maart 2026 om 19:30 uur is er
een bijeenkomst.

**Verlies van contact met je kind en/of
kleinkind**

woensdag 4 februari om 14 uur

Voor **Lotgenotengroepen** kun je je **aanmelden**
via mail naar info@rouwcafe-oss.nl. Meer
informatie vind je op de [website](#).



Gedicht

Voorbij

Op een dag haalt het je in
Dat alles anders is
En dat wat er ooit nog was
Nu plaats gemaakt heeft voor gemis

Voel je dat je hart moet wennen
Aan wat je hoofd al even weet
Wil je teruggaan in de tijd
Zodat je eventjes vergeet

Maar weet
Als ik naar jou kijk
Zie ik jouw sterkte nog het meest
En voel ik vooral veel trots
Om wie jij al bent geweest

LoftoeJoe

Locatie avond-bijeenkomsten

We hebben heel mooi nieuws!



De locatie voor de bijeenkomsten van het Rouwcafé in de avonden is vanaf 14 januari 2026 **het Warenhuis** in het centrum van Oss. Het nieuwe gebouw is onderdeel van Het Walkwartier, waar vroeger de V&D stond. We vinden het heel bijzonder dat we op die mooie plek een ruimte mogen huren. Er zijn ingangen vanuit de Molenstraat en De Wal.

In het gebouw komt ook horeca. De consumpties zullen voor eigen rekening zijn.

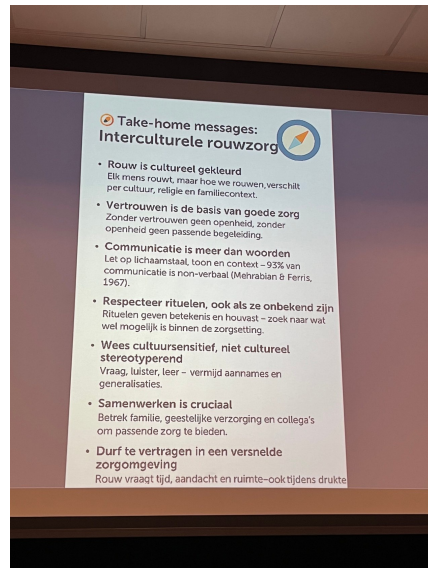
Afgelopen 14 januari hebben we uitgetoetst of het mogelijk was om in een open ruimte bijeen te komen. In overleg met de deelnemers is besloten om een afgesloten ruimte te zoeken. Die hebben we gevonden in een half lokaal op de begane grond. Inpakken 2 is voor ons op de 2e en 4e woensdagavonden van 2026.

Als je komende woensdagavond gaat, dan word je opgevangen door onze gastvrouw bij de balie, net na de ingang aan de Molenstraat.

We zijn dankbaar dat we een goede, mooie plek hebben gevonden. Dank ook aan Jack van Lieshout voor de fijne samenwerking!

Graag tot ziens in Het Warenhuis!!

Onze begeleiders bij Congres over Rouw en Nazorg



Op 21 januari zijn we met een aantal begeleiders van het rouwcafé naar het congres: rouw en nazorg geweest, georganiseerd door Carend.

Het waren boeiende sprekers met mooie boodschappen en een fijne dagvoorzitter (Sander de Hosson) die twee van zijn prachtige columns voorlas en de tijd in de gaten hield!

De sprekers waren: Mustafa Bulut over rouw in de Islamitische cultuur (wat ik daarvan vooral heb onthouden is dat we verrekke weinig weten van hoe er in andere culturen wordt omgegaan met stervende dierbaren en wat voor ons misschien als druk, chaotisch eruitziet, het voor hun steunend en troostrijk is! En we meer naar elkaar zouden moeten luisteren...)

Daarna volgde Joke Roelfsema over rouw op de werkvloer. Zij sprak met grote mildheid over rouw die zich niet laat plannen, en gaf praktische handvatten om op de werkvloer ruimte te maken voor wat niet 'opgelost' hoeft te worden, maar wel gezien.

Riet Fiddelaers-Jaspers (vergeten op de foto te zetten☺) over het gebroken hart. Haar woorden raakten aan herkenning en erkenning: rouw als onderdeel van het leven, verweven met liefde en herinnering.

Als laatste Carlo Leget, hoogleraar zorgethiek en dé Nederlandse expert op het gebied van spiritualiteit in de palliatieve zorg.

We hebben ademloos aan hun lippen gehangen en dat overkomt mij in ieder geval, niet vaak...

Freddy

Boekaanbeveling



De vijf talen van troost. Huub Buijssen. Ondertitel: als je niet weet wat je moet zeggen, maar wel graag iemand wil steunen of zelf steun wil krijgen.

'Ik weet niet wat ik moet zeggen': hoe kunnen we goed omgaan met verdriet?

Omgaan met verdriet: we zijn er niet goed in en misschien zijn we het ook nooit geweest. We willen problemen graag oplossen. Daarom is het ook zo moeilijk om iemand te steunen bij iets wat niet op te lossen valt, zoals het verlies van een dierbare.

Huub Buijssen ontdekte dat er vijf talen van troost zijn. Als je weet welke 'taal' de ander spreekt, en jij jouw eigen taal kent, wordt het makkelijker om steun te bieden of om hulp te vragen.

Tips en informatie van Rouwcafé Oss

We hebben op een flyer tips en informatie verzameld.

Hieronder de opsomming, Er zullen ook kopieën op de locaties beschikbaar komen en ze zullen uitgedeeld worden aan nieuwe bezoekers.



Tips en informatie van Stichting Rouwcafé Oss

De Landelijke Luisterlijn

Voel je je verdrietig, somber of alleen? Bel 0900-0767 of kijk op

www.sensoor.nl

OOK Ouders Overleden Kind

Je kind verliezen. Alleen als je het zelf meemaakt, kun je echt begrijpen hoe dat is. Een vereniging voor en door lotgenoten.

www.oudersoverledenkind.nl

Rouwinformatie helpt je rouw beter te begrijpen.

Rouwen leer je pas als je ermee te maken krijgt.

www.rouwinformatie.nl

Weduwen en weduwnaren een vereniging voor weduwen en weduwnaren tot 65 jaar bij aanmelding.

www.weduwen-weduwnaars.nl

Labyrinthos biedt begeleiding op het gebied van rouw/verlies, stress en angst/trauma. Germien is de oprichter van het Rouwcafé.

www.labyrinthos.nl

Jeanette de Kruijk een spirituele kijk op de dood, contact met overleden dierbaren. Contact maken is heel gewoon, het ervaren is heel bijzonder.

www.janettedekruijk.nl

Joan Themen

Voor energetische behandelingen (Reiki) en readings (contact met overleden dierbaren)

www.helendehandenreiki.nl

Marleen van der Ven-Vaessen

ritueelbegeleider, samen liefdevol vorm geven aan verleden, heden en toekomst.

info@marleenvandervennritueelbegeleiding.nl 06-39 89 45 16

Rouwmentor Herm@atje

Persoonlijke begeleiding bij Rouw en Verlies, je staat er niet alleen voor.

www.hermaatje.nl

Zielenthuis, plek om bij jezelf thuis te komen

Anoek Leunissen biedt als therapeut begeleiding bij sterven, levend verlies en rouw.

www.zielenthuis.nl

Verlies van contact met je kind en/of kleinkind

We kregen de vraag of we een lotgenotengroep hebben voor

Verlies van contact met je kind en/of kleinkind

Het verlies van contact met een kind of kleinkind kan diep raken. Het brengt vaak verdriet, eenzaamheid en gemis met zich mee en kan zwaar op het hart drukken. Veel ouders en grootouders ervaren dit als een stille pijn die niet altijd zichtbaar is voor anderen.

Bij ons hoef je dit niet alleen te dragen. In onze lotgenotengroep mag je voelen, delen of gewoon aanwezig zijn. Zonder oordeel, zonder verplichtingen. Hier vind je herkenning, steun en warmte. Samen geven we ruimte aan rouw, maar ook aan hoop, veerkracht en kleine momenten van troost.

De bijeenkomsten bieden een veilige omgeving waarin je je verhaal kunt delen en gehoord wordt door mensen die begrijpen wat je doormaakt. Of je nu pas recent dit verlies ervaart of er al langere tijd mee leeft, je bent welkom.

Ben jij ouder of grootouder en herken je dit? Dan nodigen we je van harte uit om deel te nemen.

Wanneer: Woensdag 4 februari om 14.00 uur
Aanmelden: info@rouwcafe-oss.nl
Locatie: De exacte locatie in Oss volgt na aanmelding

rouwcafé
LIEBDE VERBODEN NIET VERLOREN

ouders en/of grootouders die het contact met hun kind en/of kleinkind verloren hebben.

Na een gesprek met deze ouder hebben we besloten om deze groep te gaan starten. Op **woensdag 4 februari om 14 uur** is de eerste bijeenkomst gepland.

Onze vrijwilliger Anoek Leunissen zal deze groep begeleiden. Zij heeft zelf ervaring met het verlies van contact met een kind. Vanuit die ervaring kan ze begrijpen, invoelen en begeleiden.

Ben of ken je een ouder die dit gemis ervaart? Of wil je die ouder of grootouder informeren over dit initiatief? Je kunt je laten informeren en/of aanmelden per mail naar info@rouwcafe-oss.nl. Dank je wel!

Lotgenotengroepen voor moeders na zelfdoding kind



In 2023 is een lotgenotengroep ontstaan voor moeders, die een kind door een zelfgekozen levenseinde moeten missen.

De moeders hebben gekozen om elke twee maanden bij elkaar te komen op de eerste donderdagavond van de even maanden. De eerstvolgende bijeenkomst is op **donderdag 5 februari**.

Een **tweede groep** voor Moeders is in 2024 gestart. Joan Themen, die zelf haar zoon Mateo verloor, begeleidt deze groep. Op **maandag 9 maart** is er weer een bijeenkomst. In het vervolg iedere 2e maandagavond van de oneven maanden.

Moeders kunnen zich **aanmelden** door een mail te sturen naar info@rouwcafe-oss.nl. Ook als je een moeder kent die dit grote verdriet ondergaat, wil je haar dan informeren?

Vaders mogen zich ook melden. Als er belangstelling is kunnen we ook een vader-groep organiseren. Graag per mail naar info@rouwcafe-oss.nl.

Vrienden na het leven

Een lotgenotengroep voor jonge mensen die zich richt op het verlies van een vriend(in) die (te) jong overleden is. Speciaal voor vrienden omdat zij bij en na het overlijden vaak vergeten worden terwijl verlies ook voor hen veel impact heeft. Zeker als je jong bent en vrienden vaak een grote rol in het leven vervullen. Samen, zonder verplichting, verwachting of oordeel "het" verhaal kunnen delen. Met elkaar gedachten, gevoelens en herinneringen, worstelingen en (een veranderde) levensvisie delen en (h)erkennen. Ervaren dat je niet alleen bent en dat het leven ook (weer) gevierd mag worden.

Marleen van der Ven begeleidt de groep. Dit doet zij vanuit haar ervaring met de vrienden van haar dochter Flo die op 19-jarige leeftijd overleed in 2021.

Heb je interesse of ken je iemand die wil deelnemen, stuur dan een mail naar info@rouwcafe-oss.nl. Jeanette neemt dan contact met je op voor meer informatie en deelname aan deze groep.

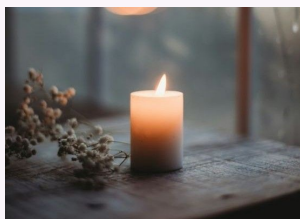
De volgende bijeenkomst is op woensdag 4 maart 2026 om 19:30 uur. Aanmelding is nodig per mail naar info@rouwcafe-oss.nl. Van harte welkom.

Lotgenotengroep VNHL Vrienden Na Het Leven

Niet alleen familie rouwt.
Ook vrienden verliezen een stukje van zichzelf wanneer iemand overlijdt.
Maar hun verdriet wordt vaak niet gezien of uitgesproken.
Alsof het gemis geen naam mag hebben.
Rouw kent geen rangorde.
Als je van iemand houdt, dan doet het pijn.
En die pijn mag er zijn.
Daarom is er een lotgenotengroep speciaal voor vrienden die iemand verloren hebben.
Een plek waar geluisterd wordt.
Waar jouw verhaal wél telt.
Waar je gemis wordt herkend en erkend.

Op woensdag 4 maart is er een bijeenkomst.
Aanmelden kan per mail naar info@rouwcafe-oss.nl.
Daarna ontvang je de locatie en meer informatie.

Het Rouwcafé on Tour was in Ravenstein



Onze bezoeken aan Lith en Ravenstein waren heel waardevol. Je kon kennis met ons en onze laagdrempelige manier van werken maken in je eigen omgeving.

OPROEP

Het Rouwcafé komt ook graag in andere dorpen voor het organiseren van een bijeenkomst bij jou in het dorp. Een mail naar info@rouwcafe-oss.nl en we gaan in gesprek voor de mogelijkheden.

Graag tot ziens!

Word vriend van het Rouwcafé



WORD VRIEND VAN HET ROUWCAFÉ EN DRAAG BIJ AAN ONZE ACTIVITEITEN

Iedere donatie maakt een verschil. Het helpt ons om ons werk te kunnen blijven doen en rouw, verdriet en verlies bespreekbaar te maken.

Fijn als je *Vriend van het Rouwcafé* wilt worden. Je steunt ons dan jaarlijks met een vast bedrag. Als vriend van het Rouwcafé:

- ontvang je een uitnodiging voor ons jaarlijkse event,
- vermelden we je naam op de vriendenpagina van de website (indien gewenst),
- word je via onze digitale nieuwsbrief op de hoogte gehouden van onze activiteiten.

DRAAG JIJ OOK BIJ?

Vul het formulier op de achterzijde in en mail het naar vrienden@rouwcafe-oss.nl of stuur het naar Rouwcafé Oss, per adres RLS administratie, Schildwacht 32, 5346 WC Oss.



Deelname aan de activiteiten is gratis, zodat iedereen de mogelijkheid heeft zich aan te sluiten.

Rouwcafé Oss is een stichting. We ontvangen geen subsidie en zijn volledig afhankelijk van de inzet van vrijwilligers en de bijdragen van sponsors.

Om ons mooie werk te kunnen voortzetten, willen we je vragen om ons te steunen. Ieder bedrag, klein of groot, is zeer welkom.

Stuur ons een mailtje naar vrienden@rouwcafe-oss.nl en we mailen het formulier.

Alvast hartelijk dank!

De sponsorcommissie

Quote

Pieter Hendriks, regelmatig bezoeker en vanaf 2024 ook gastheer van het Rouwcafé, heeft na het overlijden van zijn vrouw (lied)teksten en foto's, die hem aanspreken, verzameld. Hij deelt die met ons.

Dank je wel Pieter.

Je beseft niet hoe
eenzaam je bent,
tot je 's avonds
thuiskomt en je
een hoop dingen
te vertellen hebt,
maar niemand om
ernaar te luisteren.

Voorgaande Nieuwsbrieven

Al langer wordt er door het Rouwcafé een Nieuwsbrief verzorgd. Het is mogelijk om eerdere Nieuwsbrieven te lezen en downloaden.

[Kijk hier voor eerdere nieuwsbrieven](#)

Voor meer informatie kijk op www.rouwcafe-oss.nl
of neem contact op via info@rouwcafe-oss.nl

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@rouwcafe-oss.nl toe aan uw adresboek.

