

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.

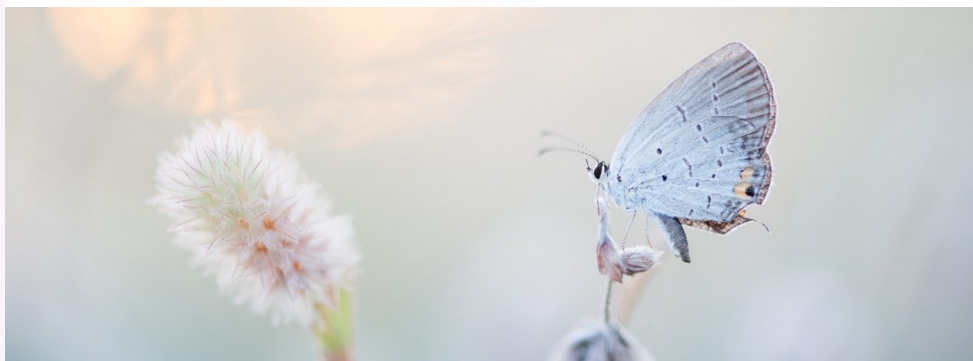
We verzorgen vier bijeenkomsten per maand, twee in de ochtend en twee in de avond.
En we begeleiden lotgenotengroepen voor

- moeders die een kind verloren door zelfdoding en
- jongeren die een vriend/vriendin verloren door zelfdoding of andere doodsoorzaken
- ouders die geen contact met een kind of kleinkind hebben

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

In deze nieuwsbrief

- Data april
- Gedicht
- Artikel in Brabants Dagblad
- Locatie avonden in 2026
- 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

1 april van 10:00-11:30 uur

15 april van 10:00-11:30 uur

Locatie De Bonte Hoef, De Vlasakkers 9, Oss

Bijeenkomsten Rouwcafé 's avonds

8 april van 20:00-21:30 uur

22 april van 20:00-21:30 uur

Locatie Het Warenhuis, Molenstraat 20, Oss

**Lotgenotenmoeders na zelfgekozen
levenseinde van kind**

Eerste groep donderdag 2 april van 19:30 -
21:30 uur

Tweede groep maandag 11 mei van 19:30-21:30
uur

Vrienden na het leven

De volgende bijeenkomst is op woensdag 20 mei
om 19:30 uur

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

De volgende bijeenkomst dinsdag 26 mei om 14
uur

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



Gedicht

Vandaag is het stil

vandaag is het stil
het werd licht
zoals gisteren
alsof het niets is

vandaag is het stil
vandaag ontmoeten
toen en nu
elkaar weer

vandaag is het stil
om te overdenken wat je
niet meer zeggen kan
ruimte om herinneringen
voor het grijpen op te bergen

vandaag is het stil
droevig en mooi tegelijk
vandaag kan ook
een traan
een beetje lachen
een klein beetje

jawel
weet je nog van toen

Willem Munters

Locatie avond-bijeenkomsten

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.

Lokaal Inpakken 1 is voor ons beschikbaar. Vanaf de ingang aan de Molenstraat is het een stukje rechtdoor en dan aan de

rechterkant.

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

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!!

Interview met het Brabants Dagblad

Freddy, Germien en Jeanette zijn geïnterviewd in Het Warenhuis door Nikki van Wijk.

ROUWCAFÉ FREDDY VERLOOR HAAR MAN OP JONGE LEEFTIJD EN HELPT NU ANDEREN



▲ Vlnr: Freddy van Eerd, Gernien Brouwer en Jeanette de Kruijk. FOTO: JEROEN APPELS/VAN ASSENDELFT

‘Ik weet hoe belangrijk het is om over verlies te praten’

„Het is gewoon fijn om je verhaal te kunnen blijven vertellen,“ vertelt Freddy van Eerd. Voor veel mensen die iemand hebben verloren, is dat precies wat ze nodig hebben. Daarom is er het Rouwcafé.

Nikki van Wijk
Oss

‘Verlies is breder dan alleen overlijden,’ vertelt Gernien Brouwer, die een eigen praktijk heeft en onder andere begeleiding biedt bij verlies en rouw en oprichter van het rouwcafé. „Het gaat om alles wat impact heeft in je leven.“

Het rouwcafé in Oss werkt met een vrije inloop. Iedereen die een verlies heeft meegemaakt, is welkom. Of het nu gaat om het verlies van een geliefde, een baan of een scheiding. „Ieder verlies is heftig en iedereen moet ook de vrijheid voelen om daar voluit over te kunnen vertellen,“ zegt Freddy van Eerd. Zij begeleidt bijeenkomsten, is voorzitter van de stichting en uitvaartondernemer.

In 2017 startte het rouwcafé officieel, en een jaar later werd er een stichting opgericht. Inmiddels zijn er veertien vrijwilligers actief binnen de stichting.

Over verlies praten

Freddy van Eerd spreekt ook vanuit persoonlijke ervaring. „Mijn echtgenoot is op jonge leeftijd overleden

aan een spierziekte. Door de jaren heen heb ik ook vrienden verloren. Daardoor weet ik hoe belangrijk het is om over verlies te praten.“

Volgens haar ontstaat er vaak een moment waarop mensen het gevoel krijgen dat hun verhaal niet meer welkom is. „Je voelt soms dat je er niet meer over moet beginnen, terwijl je dat juist wel wilt.“

In het rouwcafé is daar wél ruimte voor. „Je kunt je verhaal hier tien keer vertellen als dat nodig is,“ zegt coördinator en ervaringsdeskundige Jeanette de Kruijk. „Vlak na het overlijden is er vaak veel aandacht, maar na verloop van tijd verdwijnt die aandacht. Dan is het fijn om een plek te hebben waar mensen echt luisteren en waar je je verhaal kunt delen.“

Via een spel, een gedicht of een tekst proberen de begeleiders het gesprek op gang te brengen. „Als één iemand begint te vertellen, volgt de rest vaak vanzelf,“ zegt De Kruijk.

‘Mensen begrijpen elkaar meteen’

Volgens De Kruijk kan het delen met mensen die iets vergelijkbaars hebben meegemaakt veel herkenning geven. „Mensen begrijpen elkaar meteen.“ Daarom zijn er speciale lotge-

nootgroepen ontstaan. Zo is er een groep voor jongeren die een vriend of vriendin hebben verloren. Ook is er een groep voor ouders die contact hebben verloren met een kind en een groep voor moeders die hun kind hebben verloren aan zelfdoding.

„Sommige verhalen zijn zo zwaar dat mensen het moeilijk vinden om ze in hun eigen omgeving te vertellen. Je wilt eigenlijk niet de ander shockeren met jouw verhaal,“ vertelt De Kruijk.

Er wordt niet getroost

De bijeenkomsten kennen duidelijke regels. Een belangrijke is veiligheid. Er wordt geen ongevraagd advies gegeven en iedereen probeert vooral te luisteren, en wat bij de bijeenkomst wordt verteld blijft binnen de groep. Ook wordt er niet getroost. „Als iemand begint te huilen, laten we dat gewoon gebeuren,“ vertelt Van Eerd. „Huilen is juist een manier waarop emoties eruit komen.“

Het rouwcafé laat ook zien dat rouw voor iedereen anders verloopt. „De een komt één keer en dat is genoeg,“ zegt Brouwer. „De ander blijft jarenlang langskomen. Alles is goed.“

De een zit al verder in het rouwproces dan de ander. Van Eerd vertelt: „Dan zien nieuwe bezoekers dat het leven langzaam weer verder kan gaan. Dat geeft hoop.“

■ Praten over gedachten aan zelfdoding kan anoniem: chat via 113.nl, bel gratis 113 of 0800-0113.

“Je kunt je verhaal hier tien keer vertellen als dat nodig is”

— Jeanette de Kruijk, coördinator en ervaringsdeskundige

Verlies van contact met je kind en/of kleinkind

We kregen de vraag of we een lotgenotengroep hebben voor 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.

De eerste bijeenkomst werd op 4 februari gehouden. Het samenzijn werd heel waardevol ervaren, dus is de groep op 24 maart weer bij elkaar geweest.

Toen is besloten om de bijeenkomsten te plannen op de 4e dinsdag van de maand in de oneven maanden. Dus op **dinsdag 26 mei om 14 uur** is er weer een bijeenkomst.

Onze vrijwilliger Anoeke Leunissen begeleidt deze groep. Zij heeft zelf ervaring met het verlies van contact met een kind.

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: Dinsdag 26 mei om 14.00 uur
Aanmelden: info@rouwcafe-oss.nl
Locatie: De exacte locatie in Oss volgt na aanmelding



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 2 april**.

Een **tweede groep** voor Moeders is in 2024 gestart.

Joan Themen, die zelf haar zoon Mateo verloor, begeleidt deze groep. Op **maandag 11 mei** 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.

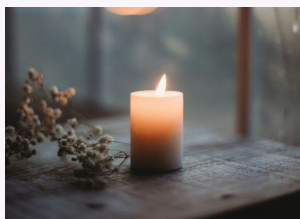
De volgende bijeenkomst wordt gehouden op woensdag 20 mei om 19:30 uur. Aanmelding is nodig per mail naar info@rouwcafe-oss.nl. Van harte welkom.

Lotgenotengroep VNHL Vrienden Na Het Leven



Op woensdag 20 mei 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



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.



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.

