

# Moment

## - Na de mantelzorg -

De periode na het overlijden van je dierbare ben je waarschijnlijk in een rollercoaster van regelzaken terecht gekomen. We merken dat mantelzorgers vaak een klein netwerk hebben gekregen door alle drukte en zorgtaken en hierdoor vaak in een 'gat' terecht komen. Hoe ga je dan om met dit grote verlies en de leegte die volgt? Daarvoor zullen we voor het eerst een *Moment* 'Na de mantelzorg' organiseren.

### Hoe ziet de avond eruit?

Tijd om bij het verlies van je naaste stil te staan is lastig doordat je wordt geleefd. Hoe pak je de draad weer op? Dit en de vraag 'Hoe gaat het nu met jou' staat centraal deze avond.

Anita Reitsma van Kompassio zal te gast zijn. Anita is opgeleid tot coach rouwbegeleider en zal samen met mij het gesprek leiden.



### Waar & Wanneer?

**Datum** : woensdag 17 april 2024

**Tijd** : inloop vanaf 19.00 uur, start 19.15 uur tot uiterlijk 21.30 uur

**Waar** : 't Govertje, Overturelaan 12, 2807 JT Gouda  
Rondom het 't Govertje kan je gratis parkeren

### Aanmelden voor het MantelzorgMoment:

Om je aan te melden voor deze avond stuur je een mail naar E. [Gouda@mantelzorgcentraal.nl](mailto:Gouda@mantelzorgcentraal.nl), onder vermelding van 'na de mantelzorg' daarbij je naam, mailadres en telefoonnummer. Heb je een situatie of voorbeeld waar je het graag over wilt hebben? Dan kan je dit aangeven bij het aanmelden.

**kompassio**  
Coaching & Rouwverwerking