

Praten over dood van dierbare

Rouwstation in Rotterdam wil nabestaanden vooral steun bieden

ROTTERDAM | Een plek in Rotterdam waar iedereen die heeft te maken met verlies en rouw terecht kan voor ondersteuning, begeleiding en advies. Die hulp wil Rouwstation bieden. Vandaag gaan de deuren voor het eerst open, in het pand van Humanitas aan de Pieter de Hoochweg.

KARIN SPILLENAAR-KOOLEN

Eén van de initiatiefnemers is Rotterdammer Willem Vermeijden, die na de zelfgekozen dood van zijn dochter Merel een organisatie van ouder-lotgenotengroepen oprichtte. Het idee voor het Rouwstation ontstond toen Annette Hartlief, rouwbegeleider bij Stichting Humanitas, hem uitnodigde om te spreken in het Rouwcafé, een lotgenotencontact.

Hartlief, wier 12-jarige zoon in 2000 stierf aan een hartafwijking, droomde al langere tijd van een plek waar alle aanbod op het gebied van rouw en verlies samenkomt. „Rotterdam kent veel organisaties en particuliere initiatieven die zich bezighouden met verlies en rouw, maar zij zijn niet altijd op de hoogte van elkaars activiteiten. Hierdoor hebben mensen geen overzicht en zoeken ze soms vergeefs naar ondersteuning.”

Daar moest verandering in komen. Carla Neefs - toegepast psychologe - sloot zich aan bij het project en de bal ging rollen. Vanaf van-



▲ Willem Vermeijden, Annette Hartlief (midden) en Carla Neefs zijn de oprichters van Rouwstation. 'We willen rouw in de eerste plaats normaliseren.' FOTO JOEP VAN DER PAL

daag bieden opgeleide vrijwilligers, stagiaires en een handjevol professionele krachten praktische ondersteuning, begeleiding en advies aan bezoekers van het Rouwstation. Diverse gespreksgroepen, wandelmiddagen, trainingen, lezingen en psycho-educatie vallen onder het aanbod van het Rouwstation, dat

een samenwerkingsverband is van Humanitas, CVU Uitvaartzorg en Rouwgesprekken.nl van Willem Vermeijden.

Taboe

Vermeijden: „Wij hebben contact gelegd met verschillende professionele organisaties en zelfstandig wer-

kende huisartsen en therapeuten die met rouw te maken hebben. Zodoende creëerden we een 'levende' sociale kaart, mocht verwijzing nodig blijken.”

De initiatiefnemers willen rouw in de eerste plaats normaliseren. „Dat is ontzettend belangrijk - rouwenden laten beseffen dat het normaal is wat je doormaakt. Er wordt soms te snel geproblematiseerd door betrokkenen en gekozen voor therapie of medicatie. Onze boodschap is: je mag voelen wat je voelt, het is jouw verdriet. Mensen willen daar gewoon aandacht voor, hoe lang geleden het ook is,” zegt Hartlief.

Vermeijden vult aan: „De nasleep van het verlies van een dierbare duurt altijd langer dan de aandacht die de omgeving voor jouw rouw heeft. Het gemis wordt alleen maar

groter naarmate de tijd verstrijkt. Dat realiseren veel mensen zich niet. Daarom is lotgenotencontact, praten met mensen die weten wat je doormaakt, zo belangrijk.”

Er is ook een taboe op rouw, denkt Hartlief. „Mensen associëren het met de dood en vinden het vaak een lastig onderwerp om over te praten. Middels voorlichting streven wij ook naar meer kennis en acceptatie binnen de samenleving.”

Ontredder

Er staan al verschillende lezingen gepland. Van 'Hoe ondersteun je mensen in de rouw?' tot 'Financieel overleven terwijl je verdriet hebt.' Er worden activiteiten gehouden voor uiteenlopende doelgroepen. Oude-



Rouwen moet je zelf doen, maar het hoeft niet alleen

–Willem Vermeijden

ren zijn een bijzondere groep, zo blijkt. „Niet-erkende rouw”, stelt Vermeijden. „Na vijftig jaar huwelijk zit iemand ineens alleen op de bank, helemaal ontredder. En dan zegt de omgeving dingen als 'Jullie hebben toch een mooi leven gehad samen' of 'Het was zo'n mooi afscheid'. Daarmee ga je voorbij aan de rouw die iemand doormaakt.”

Vermeijden en Hartlief verloren allebei een kind. „Wij zijn beiden op een plek terechtgekomen in de hulpverlening, waar we gedijen. Maar we waren hier nooit terecht gekomen als onze kinderen niet waren overleden. Dat is heel dubbel”, stelt Vermeijden. „Naast dat grote verlies is dit ook een stukje zingeving, het geeft het leven weer betekenis. Wij proberen mensen te helpen vanuit die eigen ervaring. Rouwen moet je zelf doen, maar het hoeft niet alleen.”

www.rouwstation.nl

GESPREKSGROEP

Rouwgesprekken kwam er na reacties op interview

Merel, de dochter van Willem Vermeijden, beroofde zich op 23-jarige leeftijd van het leven. In oktober 2013 verscheen over die gebeurtenis een artikel over de 55-jarige Rotterdammer in het Rotterdams Dagblad. Omdat hij behoefte had andere ouders te ontmoeten die een kind verloren hebben, richtte hij een groep op: Rouwgesprekken.nl. Nadat het artikel in deze krant was verschenen, ontving Vermeijden een stuk of dertig reacties. Dat waren maitjes van lotgenoten, die hun steun betuigden of hun eigen verhaal wilden delen, maar ook mensen die zich meteen aanmeldten voor de groep. Het duurde niet lang of de eerste bijeenkomst was een feit. Enige tijd verstreek en inmiddels bestaat er een tweede ouder-lotgenoten-

groep in Brielle, die begeleiding krijgt van Annette Hartlief. En binnenkort begint een derde groep aan de Kleiweg in Rotterdam, waar de leiding in handen is van Marjan Dilven. Zij is deelnemer van het eerste uur van Vermeijdens eigen groep. Naast de gespreksgroepen verzorgt Vermeijden presentaties met een sterk persoonlijk karakter en doceert hij het vak 'Afscheid nemen en rouwen' aan de Hogeschool Rotterdam. Op verzoek spijkt de Rotterdammer ook de kennis bij van medewerkers die zich inzetten bij welzijnsinstellingen en -organisaties. Zo geeft hij presentaties aan GGZ/BAVO Rotterdam over suïcidepreventie met als titel: 'Belangen van behandelaars en ouders met een kind in de GGZ'.

EUROPA'S GROOTSTE EN MOOISTE KEUKEN-SHOWROOM IS IN NORDHORN, D
200 complete showroom-keukens op 10.000m²

NU
40-70%
KORTING OP
SHOWROOM-
KEUKENS

GRATIS
design-kaasschaaf
bij bezoek aan onze
showroom, op
vertoon van deze
advertentie!

Als BESTE
beoordeeld!
www.gasa.nl

Familiebedrijf sinds 1901
60 eigen keukensmonteurs
Direct over de grens **A1**
Serieuze klantenbenadering
Betaalbare Duitse topkeukens
Wij spreken **NEDERLANDS**

VALCUCINE **SieMatic** poggen pohl next125 **contur** SIEMENS Miele GAGGENAU ROLF BENZ

KÜCHENHAUS KÜCHENLAND
E K E L H O F F E K E L H O F F

Hauptstraße 14-16, Nordhorn-Centrum/Duitsland
TomTom / Neumarkt, 100 m
Tel. 0049-5921-80480 info@ekelhoff.de

Bentheimer Straße 259, Nordhorn/Duitsland
Parkeren direct voor onze zaak
Tel. 0049-5921-80210 kuechenland@ekelhoff.de

www.ekelhoff.de

ma. – za. 9 – 18 uur • Bel of mail ons voor een afspraak, zodat we ruim de tijd voor u hebben.

