



## Gespreksgroep nabestaanden na zelfdoding Aalst

Wanneer iemand uit je dichte omgeving overlijdt door zelfdoding, blijf je achter met een kluwen van emoties, gaande van woede over angst tot verdriet, onzekerheid, schuld, schaamte en voornamelijk onmacht. De 'waarom'-vraag, samen met het schuldgevoel, kunnen je dan in een diepe put duwen.

In de gespreksgroep voor nabestaanden na zelfdoding kan je je verhaal vertellen en vind je een luisterend oor. Je ontmoet er mensen die goed aanvoelen wat je doormaakt. Samen met hen kan je op zoek gaan naar een nieuw evenwicht en kan je proberen het onbegrijpelijke te aanvaarden.

In de open gespreksgroep kan je op elk moment aansluiten. Je hoeft dus niet telkens aanwezig te zijn. Je komt wanneer je er behoefte aan hebt.

Aansluiten kan na een kennismakingsgesprek.



## Waar

Huis van de Mens Aalst  
Koolstraat 80  
9300 Aalst



## Wanneer

Maandelijks op maandagavond van 19u30 tot 21u30.  
In de vakantiemaanden gaat de groep niet door.

## Begeleiding en informatie:

**Nele Van Daele**, psychologe CGG Zuid-Oost-Vlaanderen  
**Veerle Timmerman**, nabestaande

Indien u geïnteresseerd bent, gelieve vooraf contact op te nemen.

tel. 078 155 570

E-mail: [nazelfdoding.aalst@werkgroepverder.be](mailto:nazelfdoding.aalst@werkgroepverder.be)

Deze gespreksgroep wordt ondersteund door

[zelfmoord1813.be](http://zelfmoord1813.be)  
voor info en hulp

**1813**  
zelfmoord

**WERKGROEP**  
**VERDER...**