

Aanmelden en meer informatie

Na het overlijden van je partner ontvangt WijZ bericht van de gemeente Zwolle. Een medewerker van WijZ neemt na een aantal maanden contact met je op om te vragen of je behoefte hebt aan ondersteuning. Is dat het geval, dan bekijkt deze medewerker hoe we je verder kunnen helpen.

Direct meer informatie?

Bezoek dan www.steunnapartnerverlieszwolle.nl of www.wijz.nu of neem contact op met WijZ: tel. 038 - 8 515 700.

*Met verlies omgaan,
dat heb je niet geleerd,
daar word je mee geconfronteerd.*

wijz
welzijn

Zwolle _____



Partnerverlies

Hoe nu verder?

wijz
welzijn

Zwolle _____

Elke vrijwilliger is deskundig en kan goed luisteren



Je leven op zijn kop

Voor een ieder die een partner verliest, geldt dat je leven totaal op zijn kop staat. Zekerheden vallen weg en maken plaats voor verdriet en leegte. Dan is het goed om te weten dat er mensen zijn die steun bieden. Mensen die kunnen luisteren en helpen. Daarom is er in Zwolle *Steun na Partnerverlies* (18 jaar tot 65 jaar) en *De draad weer oppakken* (65 jaar en ouder).

Wat bieden we?

Mogelijk heb je veel steun ondervonden vanuit je eigen omgeving. Het kan echter zijn dat deze steun (inmiddels) minder wordt of er niet is geweest, terwijl je er wel behoefte aan hebt. Dan kun je bij WijZ terecht voor een luisterend oor, een helpende hand en een steun in de rug.

Het eerste contact bij *Steun na Partnerverlies* en *De draad weer oppakken* is een medewerker van WijZ. Samen met degene die bij je op bezoek komt, kun je bespreken/aangeven wat jij nodig hebt en wanneer jij dat wilt. Aan de hand van je vragen en (on)mogelijkheden kun je gekoppeld worden aan een vrijwilliger. Deze vrijwilligers zijn ervoor om jou te helpen. Ze kunnen luisteren. Ze kunnen adviseren over hoe je je sociale netwerk kunt vasthouden en in kunt schakelen. Ze kunnen je helpen bij praktische zaken die op orde gebracht moeten worden of nieuwe dingen die je oppakt. En ze kunnen helpen de juiste hulp te vinden die bij jou past. Samen een nieuwe balans vinden zodat je heel langzaamaan weer van het leven durft te genieten.

Praktische zaken

Na het verlies van je partner moet er van alles worden geregeld. Vaak zijn het dingen waar je liever nooit verstand van had gehad. De vrijwilliger kan je daarbij helpen. Denk bijvoorbeeld aan praktische hulp bij administratieve zaken, ondersteuning bij het opnieuw organiseren van de zorg voor jezelf, voor je gezin in combinatie met je werk of hulp voor je (rouwende) kind(eren). De vrijwilliger helpt je om de juiste stappen te zetten. Dat gebeurt in jouw tempo en op een manier die bij jou past. Centraal staat dat je zelf leert hoe het werkt, zodat je na verloop van tijd op eigen kracht verder kunt.

Lotgenoten: praten, luisteren en delen

Ook al is ieders rouw en ieders situatie uniek, er zijn mensen die iets vergelijkbaars meemaken. Met elkaar praten over hoe het is om verder te leven zonder partner, ervaringen delen en (h)erkenning vinden bij elkaar kan tijdens lotgenotencontact. WijZ organiseert koffiemomenten, maar ook workshops waar je lotgenoten kunt ontmoeten.