

## Wat gaan we doen



Tijdens het rouwkamp voor kinderen en jongeren staan 'ontmoeten' centraal. Het gevoel van niet de enige te zijn die iemand dierbaar heeft verloren.

In Limburg verblijven we in een bivakhuis waar alles voorhanden is: gezellig samen eten, buiten spelen op het grasveld of in de bossen, geborgen ruimtes voor de groepstherapie en een kampvuur om intense dagen af te sluiten.

Onder begeleiding van ervaren therapeuten, een yogadocente en jeugdleiding wisselen speltherapie en groep, yoga en ontspanningsactiviteiten elkaar af.

De kinderen/jongeren worden volgens leeftijd in kleinere groepjes verdeeld die het hele kamp hetzelfde blijven. Elke groep heeft overdag afwisselend yoga, speltherapie en ontspanningsactiviteiten.

We beginnen de dag steeds met een bewustwordingsmoment rond 'hoe zitten we er vandaag bij, hoe voelt ons lichaam?' en sluiten af met een avondritueel rond de overledene.

Een week hun eigen plekje hebben.

## Praktische informatie



**Begin:** Zondag 11 augustus 2019  
*Vervoer met bus (meer info bij inschrijving)*

**Einde:** Zondag 18 augustus 2019 na ontbijt

**Vervoer:** Vervoer met de bus  
(opstapplaatsen  
Bissegem/Gent/Antwerpen)

**Locatie:** Jeugd- en Vakantiecentrum  
Hechtel-Eksel

**Voor wie?:** Kinderen jongeren vanaf 10 jaar tot 20 jaar

**Prijs:** 180 euro

**Inschrijving:** [info@saying-goodbye.be](mailto:info@saying-goodbye.be)

## Doelstelling



Kinderen sparen hun ouders en ouders willen hun kinderen sparen...  
Van daaruit vertrekken we op rouwkamp, om kinderen en jongeren een eigen plek te geven waar ze even helemaal op zichzelf kunnen bestaan. Zich niet moeten inhouden om te huilen of boos te zijn uit angst de ouders hiermee te belasten, is ons hoofddoel.

Dagelijks wordt in de groepstherapie onder begeleiding van therapeuten creatief gewerkt rond thema's als verdriet, gemis, boosheid, herinneringen, draagkracht enz. Tijdens de spelmomenten met jeugdleiding komen weerbaarheidsoefeningen, groepsactiviteiten waarin 'kracht en verbinding' centraal staan aan bod alsook veel lachen en plezier maken.

De overledene staat doorheen het hele kamp centraal en kinderen/jongeren komen met een levendige herinnering terug naar huis waarbij alles bewaard wordt in een mooie herinneringentas.

Het is vooral deugddoend te ontdekken dat zij niet alleen zijn...

**Kalender 2019**



Neem gerust een kijkje op onze website  
[www.saying-goodbye.be](http://www.saying-goodbye.be)

**Contactgegevens**



*Frederique Vanassche*  
0032-(0)472.73.24.77  
[frédérique@saying-goodbye.be](mailto:frédérique@saying-goodbye.be)

[www.sayinggoodbye.be](http://www.sayinggoodbye.be)  
[info@sayinggoodbye.be](mailto:info@sayinggoodbye.be)

*Vzw Saying Goodbye*

*Rouwkamp augustus*

*Leer terug rust en  
veerkracht ervaren na  
pijnlijk verlies*



*Voor ieder die een  
dierbare heeft verloren*