



## Kalender

---

Neem gerust een kijkje op de website onder activiteiten.  
Alle folders online ter beschikking.



## Contactgegevens

Frederique Vanassche  
0032-(0)472 73 24 77  
frederique@saying-goodbye.be

---

[www.saying-goodbye.be](http://www.saying-goodbye.be)  
[info@saying-goodbye.be](mailto:info@saying-goodbye.be)



## ROUWKAMP JONGEREN



LEER TERUG  
RUST EN VEERKRACHT  
ERVAREN  
NA PIJNLIJK VERLIES

---

VOOR IEDER  
DIE EEN DIERBARE  
HEEFT VERLOREN



## Wat gaan we doen

---

Tijdens het rouwkamp voor 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 jongeren worden volgens leeftijd in kleinere groepjes te verdeeld die het hele kamp hetzelfde blijven. 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.



## Praktische informatie

---

**Begin:** Woensdag 12 augustus 2020  
Vervoer met de bus

**Einde:** Woensdag 19 augustus 2020 na ontbijt

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

**Locatie:** Bivakhuis 't Driege,  
Roosterbergstraat 36 te 3680  
Maaseik

**Prijs:** 180 Euro (alles inbegrepen)

**Inschrijving:** via mail naar Vanassche  
Frédérique (zie achterzijde)



## Doelstelling

---

Jongeren sparen hun ouders en ouders willen hun jongeren sparen... Van daaruit vertrekken we op rouwkamp, om kinderen 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 overledenen staan doorheen het hele kamp centraal en jongeren komen met een levendige herinnering terug naar huis waarbij alles bewaard wordt in een mooie herinneringentas.

