

Lotgenoten,  
liever niet gehad natuurlijk.  
Maar toch blij dat ze er zijn.  
Zoveel begrip, zoveel herkenning,  
hetzelfde verdriet, dezelfde pijn.

Een rots in de branding,  
op elk moment  
als het leven even niet meer gaat.  
Een lief woord, een luisterend oor  
of iemand die even met me praat.

Het steeds niet weer uit te  
hoeven leggen,  
wat je dagelijks weer voelt.  
Geen ongevraagd advies  
of medelijden  
hoe goed dat soms ook is bedoeld.

Nee, alleen een blik of  
enkel woord,  
en de ander begrijpt precies wat  
ik bedoel.  
Dat is de steun die mij erdoor helpt,  
geloof me, het scheelt  
een hele boel .....

Mieke Internet

*U staat niet  
alleen...*



Stichting Nabestaan Na Zelfdoding  
*Drenthe*

*Zoveel vragen,  
zoveel gevoelens en  
geen afscheid....*

*Er was geen afscheid .....*

*en jij moet verder met je leven.*

*Maar hoe?*

Een dierbare verliezen door zelfdoding, geeft veel vragen en er ontstaan veel verwarrende emoties. De nabestaande raakt verstrikt in het “waarom” en in gevoelens van onbegrip, schuld, boosheid en verlatenheid. Het is niet te bevatten voor wie achterblijft

Stichting Nabestaan Na Zelfdoding Drenthe organiseert voor nabestaanden lotgenotengroepen en individuele gesprekken. Ook bemiddelt zij in onderlinge individuele contacten. Door ontmoetingen met andere nabestaanden merk je dat je niet alleen staat. Je vindt herkenning en begrip want andere nabestaanden weten waarover je praat en voelen aan wat er in je om gaat

Daarbij helpt het om van anderen te horen hoe zij met hun verlies omgaan en het leven verder kunnen leven.





# Stichting Nabestaan Na Zelfdoding *Drenthe*

Voor informatie, vragen of als u eens wilt praten met iemand,  
kunt u contact opnemen met:

Greta Luning      0522 - 471070

Henny Roos      0592 - 352650

*Bij afwezigheid kunt u de voicemail inspreken. Er wordt dan zo  
spoedig mogelijk contact met u opgenomen.*

U kunt mailen naar [info@snnzd.nl](mailto:info@snnzd.nl)  
of kijk voor meer informatie op onze website [www.snnzd.nl](http://www.snnzd.nl)

## **Stichting Nabestaan Na Zelfdoding Drenthe (SNNZD)**

Derkingehof 49

9403 PD Assen

IBAN bankrekeningnummer NL25 RBRB 0955 5406 66

inschrijfnummer KvK 04071098

RSIN 816796270

