



NIEUWSBRIEF

Nummer 2 jaargang 1

Beste mensen,

Er zijn weer een paar maanden verstreken sinds onze eerste nieuwsbrief. We hebben daar mooie reacties op mogen ontvangen. Onze dank daarvoor. Inmiddels is het echt herfst. De bladeren verkleuren of vallen. De temperatuur is flink gezakt en de kachel mag opgestookt worden. Hoewel dat met de stijgende gasprijzen geen pretje is. Maar wij verlangen nu eenmaal naar warmte. Van de kachel, maar vooral van elkaar. De dagen worden korter en alles lijkt een beetje zwaarder. Daarom hopen wij met deze nieuwsbrief weer voor een heel klein lichtpuntje te kunnen zorgen.

Koffie-ochtend



Onze eerste koffie-ochtend hebben wij afgelopen maand gehouden in Meppel. Het was erg fijn om elkaar weer te kunnen ontmoeten. Na het gedicht en het inleidende verhaal hebben we warme en ontroerende gesprekken met elkaar gehad. Op zaterdag 6 november is er weer een koffie-ochtend. We verwelkomen je graag in Assen.

1000 KILO WATTEN (14+)

De voorstelling **1000 Kilo Watten** is een portret van een meisje van 15 dat worstelt met de wereld en zichzelf en ook haar tegenspeler de politieagent wordt uitgebeeld met zijn eigen struggles. Een dubbelportret. Wij zijn naar de try-out geweest en waren erg onder de indruk. Voor nu staan eerst de schoolvoorstellingen op de rol en volgt later het theater.

Deze openhartige voorstelling gemaakt over depressieve gevoelens bij jongeren is gemaakt en gespeeld door het jeugdtheatergezelschap **GarageTDI** uit Assen.

Onderstaand links met meer info en trailer:
[1000 KILO WATTEN](#) [Trailer](#)

Menseninq Inspiratiedag

Op zaterdag **13 november** zijn wij aanwezig op de Menseninq Inspiratiedag in de Grote Kerk in Meppel. Wij zijn op deze dag in de gelegenheid om belangstellenden te vertellen over ons werk. Wij hopen op deze wijze meer naamsbekendheid te krijgen. Het doel is dat lotgenoten ons kunnen vinden.

Ondanks dat wij ons als stichting al sinds 1993 inzetten om nabestaanden handvatten te geven om hun leven verder te kunnen leven, horen wij nog te vaak dat men nog nooit van ons heeft gehoord. Door de contacten op deze inspiratiedag met bezoekers en uitvaartverzorgers denken wij daar iets in te kunnen veranderen.

Greta Luning
voorzitter

HET VERHAAL VAN MARGARETH (MARGJE)

Verborgen kracht, zichtbare verhalen (verhalenbundel 2016)



Intro

Mijn man overleed in 2006 op 49-jarige leeftijd door suïcide. Hij had op dat moment een betaalde baan. Ik was toen zelf 46 jaar.

Wat er gebeurde

Mijn man worstelde al enige tijd met psychische klachten. Hij heeft verschillende Tia's gehad en ook een licht herseninfarct. Daarna had hij veel klachten en vluchtte in de drank. Ik weet niet hoelang hij al met suïcidale gedachten bezig was. Voor zover ik weet had hij niet eerder een poging gedaan. Wel was hij depressief en ik voelde dat hij afgleed. Maar hij stootte mij af en wuifde mijn bezorgdheid weg. Hij heeft nooit openlijk toegegeven dat hij suïcidaal was.

Professionele hulp

Mijn man heeft geen professionele hulp gehad voor zijn psychische klachten. Hij wilde dat niet. We hebben wel relatietherapie gehad maar eigenlijk vond hij ook dat niet nodig. Hij vond dat we het zelf wel konden oplossen, maar dat was niet zo. Ook zijn drankgebruik bagatelliseerde hij.

Wat kan er beter in de professionele hulp

Er zijn veel dingen die beter kunnen. Men zou beter moeten luisteren naar de naasten en meer dwang toe kunnen passen. Positief vind ik dat de hulpverleners mij inzicht hebben gegeven in onze verstrengeling.

Hulp uit de directe omgeving

Er was – naast de steun die ik hem bood – geen hulp uit de directe omgeving. Mijn man was zelf niet open over wat er in hem omging.

Tot slot

Eigenlijk zou ik tegen mijn man willen zeggen: 'Je had dit niet hoeven doen! Hoe moeilijk het leven soms lijkt, het komt ook wel weer goed. Net zoals het met ons als gezin wel weer goed gekomen is. Het had zo mooi kunnen zijn.'

Margareth Sulmann

Boek downloaden via:
[Verborgen kracht, zichtbare verhalen](#)

BOEK HOOPVOLLE AANPAKKEN, INDRINGENDE VERHALEN

Samenvatting verhalenbundel 2018-2019

In deze Verhalenbundel 2018-2019 van de Ivonne van de Ven Stichting vertellen directbetrokkenen én hulpverleners over hun steun en zorg voor mensen met suïcidaal gedrag. Inmiddels is dit het derde boekje, na eerder uitgaven in 2016 en 2017.



De hoopvolle verhalen in deze bundel bieden perspectief. Toch had de zorg voor mensen met suïcidaal gedrag in deze situaties in veel gevallen beter gekund. In hoopvolle verhalen, zoals over IHT, vertellen directbetrokkenen en hulpverleners hoe samenwerking tussen hen wél mogelijk bleek, ook binnen de huidige privacyregels.

Ook laat een hoopvol verhaal zien hoe een GGZ-instelling zelf met een scholingsprogramma kan voorkomen dat haar medewerkers handelingsverlegen zijn in het werken met mensen met suïcidaal gedrag.

Hoopvol is ook het verhaal over de inzet van EMDR in de begeleiding van een nabestaande na een suïcide. Daarnaast zijn er veel indringende verhalen van directbetrokkenen, die naast lichtpuntjes

laten zien wat er misging in hun situatie. Zij hebben een dierbare verloren en zijn gestuit op tekortschietende hulp.

Ook voelden deze vertellers zich vaak machteloos vanwege het gebrek aan samenwerking met hulpverleners. De kern van de verhalen van de nabestaanden, van de naasten én van de hulpverleners is dat suïcides voorkomen kunnen worden met het serieus nemen van het suïcidale gedrag, met oprechte aandacht, door suïcidaliteit bespreekbaar te maken, met goede samenwerking tussen hulpverleners en naasten en met flexibiliteit vanuit de hulpverleningsorganisatie.

Alle vertellers delen hun verhaal om dit te bevorderen.

De Ivonne van de Ven Stichting is van plan weer een verhalenbundel uit te brengen om daarmee bij te dragen aan de versterking van suïcidepreventie in Nederland. Ook u kunt hier een bijdrage aanleveren door uw verhaal te delen. Meer informatie hierover kunt u vinden op de site van de Ivonne van de Ven Stichting.

Auteur: Ivonne van de Ven Stichting

Uitgever: Aquazz

EAN: 9789493023277

Bestellen via:

Ivonne Van De Ven Stichting

Deel jouw verhaal (voor nabestaanden):

Verhaal delen



ALLEEN DE LIEFDE BLIJFT

*Om de as van het vuur van het leven
weer aan te wakkeren
zullen we wegen blijven
zoeken
ruimte in ons hart blijven
maken
de pijn die in ons hele zijn leeft
toelaten
om uiteindelijk
vredig
bij de liefsten die zijn heengegaan te verwijlen.*

*Ondanks de lege kamer in ons hart,
ondanks het grote gemis
zullen we,
op een dag, later, veel later,
de moed hervinden
de draad van het leven weer opnemen,
balsem zijn voor elkaar
en er dan
voluit van getuigen
dat alleen de liefde blijft.*

Claire vanden Abbeele

Colofon
November 2021 1^{ste} jaargang nummer 2

Een uitgave van:
Stichting Nabestaan Na Zelfdoding Drenthe

Contactgegevens:
Stichting Nabestaan Na Zelfdoding Drenthe (SNNZD)
Derkingehof 49
9403 PD Assen

Website en e-mailadres:

website www.snnzd.nl
e-mail info@snnzd.nl

Bankgegevens:

IBAN rekeningnummer NL25 RBRB 0955 540 666
inschrijfnummer KvK 04071098
RSIN 816796270

Foto:
SNNZD