

### **Doelgroep**

Mensen van 50 jaar en ouder en mensen in de palliatieve fase van alle leeftijden en diens naasten, die thuis wonen en behoefte hebben aan ondersteuning bij levens- en zingevingsvragen. Behoort u niet tot de doelgroep, dan kunnen we samen bekijken wat wij voor u kunnen betekenen.

### **Hoe kan ik een afspraak maken?**

U maakt een afspraak door een mail te sturen naar:

**cvlsalland@gmail.com** of door te bellen met: 06 - 392 82 114.

Uw naaste, een vrijwilliger of een zorgprofessional, zoals de huisarts of de wijkverpleegkundige kan dit ook voor u doen. Vermeld in uw mail hoe we u kunnen bereiken. Eén van de geestelijk verzorgers neemt zo snel mogelijk contact met u op om een afspraak te maken. Dat kan bij u thuis of ergens anders. Samen bekijken wij welke begeleiding het beste bij u past.

### **Wat kost het?**

Aan de gesprekken zijn geen kosten verbonden.

# Begeleiding en ondersteuning **bij levensvragen** in de thuissituatie

**Kijk voor meer informatie op**

**[www.netwerkpalliatievezorg.nl/salland/cvl](http://www.netwerkpalliatievezorg.nl/salland/cvl)**

Centrum voor Levensvragen | Salland

**Soms loopt je leven vast. Er gebeurt iets dat je diep raakt. Je komt in een andere levensfase. Of je krijgt te maken met ziekte, (naderend) overlijden, conflicten, verliezen, rouw.**

**De vanzelfsprekendheid van het dagelijks leven kan dan onder druk staan. 'Ik zie het even niet meer', zeggen mensen wel eens. Of: 'de bodem is onder mijn voeten verdwenen', 'mijn leven schudt op zijn grondvesten'.**

**het gaat om vragen die te maken hebben met...**

#### **...Zingeving**

Waarom overkomt mij dit?  
Waarom nu?  
Waarom op deze manier?  
Wat betekent dit voor mij?  
Waar haal ik kracht uit?  
Hoe houd ik het vol?

#### **...Leven en dood**

Wat betekent mijn leven voor mij?  
Wat betekent de dood voor mij?  
Is er angst voor de dood en hoe kan ik die hanteren?  
Wat wil ik achterlaten en hoe?  
Hoe wil ik afscheid nemen?

Hopelijk hebt u mensen om u heen met wie u hierover kunt praten. Maar soms zijn die er niet, of wonen ver weg. Of u bespreekt dit liever met iemand buiten uw directe kring van familie of vrienden. In dat geval kunt u terecht bij één van de geestelijk verzorgers van het Centrum voor Levensvragen Salland.

Een geestelijk verzorger is iemand die gespecialiseerd is in levensvragen. Grote vragen of kleine, alledaagse zaken, die ieder mens in het leven tegenkomt. Over het hoe en waarom van het leven, van ziekte en lijden, van dood.

#### **...Levensbalans**

Hoe is mijn leven verlopen?  
Welke keuzes heb ik gemaakt?  
Wat had ik liever anders gehad of anders gedaan?  
Wat draag ik uit mijn geschiedenis met mij mee?  
Wat wil ik vasthouden en wat laat ik liever achter mij?

#### **...Keuzes maken**

Wat is hier en nu voor mij een goede keuze?  
Wat weegt voor mij het zwaarst?  
Welke mensen spelen een rol in mijn keuze?  
Wat heb ik nodig om een keuze te kunnen maken?

#### **...Waar gaat het ten diepste om**

Wie of wat is echt belangrijk voor mij (geweest)?  
Wie of wat geeft mij steun?  
Wie of wat heb ik nodig als ik het zwaar heb?  
En nu, op dit moment?

#### **...Religie en rituelen**

Waar vind ik kracht?  
Kan een ritueel (godsdienstig, zoals een gebed of zegen, of niet-godsdienstig) een steun zijn in deze situatie of op dit moment in mijn leven?  
Hoe kunnen we daar vorm aan geven?  
Waar is God in deze fase van mijn leven?