



**PRAKTIJK
DE PLEISTERPLEK**
Begeleiding bij rouw en verlies



Esther Verwimp-Gartsen
06-24905974
esther@praktijkdepleisterplek.nl

Website

Werkdagen:

maandag 19.00-21.00 uur
dinsdag 19.00-21.00 uur
woensdag 08.30-21.00 uur
donderdag 08.30-21.00 uur
vrijdag 08.30-18.00 uur

Sociaal media

Je kunt mij volgen:



Praktijk de Pleisterplek

Als rouwbegeleider en KIES-coach begeleid ik kinderen, jongeren en hun ouders bij hun rouwproces na een verlieservaring. Met name bij het overlijden van een dierbare (ouder, broer of zus, partner, kind) of bij scheiding.

Beste lezer,

Het is de hoogste tijd voor een nieuwsbrief vanuit Praktijk de Pleisterplek, waarin ik je op de hoogte breng van mijn werkzaamheden rondom corona. Hoewel er veel verandert in deze bijzondere en verwarrende coronatijd, kan ik mijn rouwbegeleiding op een aangepaste manier blijven voortzetten.

Veel leesplezier!

Esther

Rouw Meer dan ooit zijn mensen gebaat bij rouwbegeleiding. Rouw verdwijnt niet tijdens corona. Het wordt in veel gevallen juist versterkt nu er geen afleiding is van school, werk, sport en/of afspreken met vriend(inn)en. Mensen moeten het doen zonder de steun en warmte van anderen, nu we afstand van elkaar moeten bewaren en er geen fysiek contact mag zijn. Het is in deze tijd moeilijk om troost te geven en te ontvangen. Het verdriet wordt daardoor in veel gevallen versterkt. De behoefte aan een luisterend oor is groot. Ik ben dankbaar dat ik dit, ondanks corona, kan blijven bieden.

Wandelbegeleiding Na een eerste schrikreactie op het nieuws van het coronavirus ga ik in de actie-stand. Ik zet mijn face-to-face begeleiding om naar wandelbegeleiding. Ik haal de cliënt thuis op en we wandelen een uur in de omgeving. Ik ben dol op wandelen en kom tot rust in de natuur. Dit wil ik graag gebruiken bij mijn wandelbegeleiding. We starten, al wandelend, met een mindfulness oefening en maken gebruik van de natuur. Tijdens de wandelingen houd ik me aan de richtlijnen van de RIVM. Geen handen schudden, elkaar niet aanraken en 1,5 meter afstand bewaren.

Online begeleiding Daarnaast bied ik online begeleiding aan. Tijdens deze onlinebegeleiding zitten we allebei in onze eigen omgeving achter een scherm (computer, laptop, mobiel) . Ik stuur de cliënt een link en wachtwoord voor een Zoombegeleiding. Tijdens deze begeleiding kan ik luisteren en vragen stellen. Ik kan mijn scherm delen, waardoor ik rouwmodellen kan laten zien. De cliënt kan op mijn whiteboard schrijven en tekenen. Er kan, ook op deze manier, een heleboel gedeeld worden.

Er wordt door mijn cliënten dankbaar gebruik gemaakt van de online- en wandelbegeleiding.

Face-to-face begeleiding In overleg met cliënten start ik langzaam mijn "gewone" begeleiding weer op. Deze zal plaatsvinden met in achtneming van de maatregelen van de RIVM: geen handen schudden, 1,5 meter afstand, en ik zal de werkvlakken, materiaal en deurklinken extra schoonmaken .

KIES & Koffie online De KIES & Koffie bijeenkomsten gaan helaas de komende tijd niet door, maar voor mensen die er behoefte aan hebben wil ik graag een online versie organiseren via zoom. **KIES & Koffie** is dé plek voor gescheiden ouders, een plaats voor herkenning en erkenning. Naar behoefte kun je ervaringen delen. Je krijgt er tips en eventueel advies van andere ouders in scheiding. Stuur een email naar esther@praktijkdepleisterplek.nl om je aan te melden! Je bent van harte welkom online.

Contact Mocht je op zoek zijn naar begeleiding of iemand kennen die begeleiding nodig heeft? Neem gerust contact met me op. Dat kan via email: esther@praktijkdepleisterplek.nl, telefonisch: 06-24905974 of vul mijn contactformulier [hier](#) in.

Blogs Tijdens deze coronaperiode schreef ik enkele blogs, die zijn in de kantlijn terug te vinden.

In het blog: [Afscheid nemen tijdens corona, hoe dan?](#) sta ik stil bij het verliezen van dierbaren tijdens deze coronatijd. Het is, juist nu, belangrijk om op een goede manier afscheid te nemen en ik geef hiervoor een aantal tips.

Ik wandel graag een stukje met je mee op jouw pad!



Blogs

[Corona perikelen](#)

[Ik besta wel, maar...](#)

[Afscheid nemen tijdens corona, hoe dan?](#)

[Tsunami van gevoelens](#)

In het Nieuws

[Artikel in de rouwbijlage van het Houtens Nieuwsblad](#)

Data

KIES & Koffie Online

14 mei 20.00-21.00 uur

18 juni 20.00-21.00 uur

