

# Oase voor mensen in rouw op *Essenhof*

Rouw is iets heel menselijks. Iedereen krijgt te maken met het verlies van dierbaren. De beste remedie om met dit verdriet om te gaan is erover praten. "Keer op keer je verhaal vertellen helpt en is meestal genoeg om verder te kunnen", zegt Anne Goossensen. Zij is één van de initiatiefnemers van stichting Tröst Drechtsteden. Al anderhalf jaar zijn zij bezig met een bijzonder initiatief: het opzetten van inlooplek voor mensen in rouw. Die gaat er dit najaar komen in de voormalige directeurswoning op de Essenhof, aan de Dubbeldamseweg.

Goossensen heeft als hoogleraar aan de Universiteit voor Humanistiek in Utrecht veel met rouw te maken. "Ik heb onderzoek gedaan en gewerkt met vrijwilligers van hospices", vertelt zij. "Naast professionele hulp bij rouw is er eigenlijk niets na een overlijden. Je omgeving gaat op een gegeven moment weer door en dat is ook begrijpelijk. Je leeft in een innerlijke emotionele woestijn, droog en schraal. Wij hebben de stichting Tröst Drechtsteden opgericht met als doel om met vrijwilligers aandacht te bieden aan mensen die rouwen. Het gaat om compassievol luisteren van mens tot mens, niet om hulpverlening, noch om informatie over een afscheid of uitvaarten."

## Luisteren

Het oog van de stichting viel op de oude directeurswoning op de Dordtse begraafplaats. Dankzij bijdrages van Monuta, het Oranjefonds en de gemeente Dordrecht kan daar in augustus of september gestart worden met de inrichting van een theetuin en koffiekamer. "Daar zijn wij natuurlijk heel dankbaar voor", zegt Goossensen. "Ons streven is om iedere werkdag van 10.00 tot 12.00 uur open te gaan. Mensen kunnen dan binnenlopen voor een kop koffie, stilte of een



De voormalige directeurswoning op de Essenhof, waarin stichting Tröst later dit jaar een theetuin en koffiekamer start voor mensen in rouw.

gesprek. Om dat mogelijk te maken, zijn we nog meer vrijwilligers aan het werven. Zij krijgen eerst een training, die vooral gericht is op goed leren luisteren. Als mensen keer op keer hun verhaal kunnen doen en er wordt echt geluisterd, is dat voor de meeste rouwenden genoeg. In een enkel geval 'stolt' het verdriet en is er wel een professional nodig."

## Corona

De plannen van de stichting kwamen in een stroomversnelling door de coronauitbraak. "Afscheid nemen in de huidige omstandigheden is niet eenvoudig", zegt Goossensen. "Mogelijk was

er sprake van eenzaamheid en isolatie aan het levenseinde, konden sommige familieleden of kinderen er niet bij. Mogelijk werden dierbaren niet goed genoeg herkend vanwege pakken ter bescherming. Waarschijnlijk waren er zeer strikte regels voor het afscheid bij de uitvaart zelf. Door de bijzondere omstandigheden willen wij nu al luistermomenten aanbieden per telefoon aan mensen die iemand verloren zijn door het coronavirus of gedurende deze pandemie. Als een vorm van nazorg. Als corona voorbij is, willen we mensen in groepjes van vier tot zes personen uitnodigen om in drie à vier sessies over hun gevoelens na het verlies te spreken. We doen het

als vrijwilligers en hebben er een protocol voor dat op de universiteit gehanteerd wordt voor een lotgenotenrouwgroep. Naast de gesprekken willen we ook cursussen gaan aanbieden: schilderen bijvoorbeeld ter verwerking, of mindfulness. Wij staan open voor ideeën uit de buurt."

## Vrijwilliger worden

Vrijwilliger worden bij stichting Tröst? Stuur een mail via [villatrust@gmail.com](mailto:villatrust@gmail.com) met telefoonnummer en welke dagdelen je beschikbaar bent. Lees meer over de theetuin en inloop in wording op de Dubbeldamseweg 183 op [www.villatrust.nl](http://www.villatrust.nl).