

JAARVERSLAG 2024

STICHTING NABESTAANDENZORG





VOORWOORD

De periode na het verlies van een naaste is vaak pijnlijk, ingrijpend en eenzaam. Gelukkig vinden steeds meer mensen de weg naar individuele gesprekken en lotgenotencontact van onze stichting. Ervaringen kunnen in een betrokken, veilige omgeving gedeeld worden, waardoor je er niet alleen voor hoeft te staan.

Ook in 2024 heeft onze stichting een mooie groei mogen doormaken; meer deelnemers en meer activiteiten op meerdere plekken. Ons streven blijft nabestaandenzorg en -ondersteuning voor nog meer mensen zichtbaar en beschikbaar maken, door de inzet van onze deskundige vrijwilligers en alle betrokkenen buiten de organisatie.

In dit jaarverslag blikken we terug op de belangrijkste momenten, resultaten en kijken we vooruit.

Bestuur
Stichting Nabestaandenzorg



“Ik zou willen dat het sneller ging, maar het is niet anders”

“Op 10 december 2023 is mijn man Rob overleden. Hij is 69 jaar geworden,” vertelt Nel. “Hij was al tien jaar ziek, maar lange tijd wisten we niet wat hem mankeerde. Uiteindelijk werd hij geopereerd. Daarna restte ons niets anders dan afwachten hoe zijn herstel zou verlopen.

Helaas werd hij niet meer beter en is hij na een lang ziekbed overleden. En toen was hij er opeens niet meer. Moest ik zonder hem verder.

Tijdens Rob zijn ziekte kreeg ik als mantelzorger begeleiding van Tandem. Iemand die met je meedenkt in een moeilijke tijd vol vragen is ontzettend fijn. Daarom heb ik me na zijn overlijden – ook al zag ik er tegenop – toch opgegeven voor de lotgenotengroep. Het bijzondere aan deze groep is dat alle deelnemers hun partner in ongeveer dezelfde periode verloren hebben. We herkennen veel van elkaar en groeien samen in dit proces.

De ene dag gaat het goed, de andere dag helemaal niet. Ik zou willen dat het wat sneller ging, maar het is niet anders. Soms moet ik aan anderen uitleggen dat dit bij rouw hoort. Ze maken zich zorgen en vinden dat ik er te lang in blijf hangen. Maar daar ben ik het niet mee eens. In onze groep bespreken we dit en samen kunnen we het relativeren. Uiteindelijk is dit mijn proces en mag niemand daarover oordelen. Je kunt je er geen voorstelling van maken; pas als je het zelf meemaakt, weet je hoe het voelt.



“Uiteindelijk is dit mijn proces en mag niemand daarover oordelen. Je kunt je er geen voorstelling van maken; pas als je het zelf meemaakt, weet je hoe het voelt.”

Voor mij is de lotgenotengroep een grote steun. Ondanks de diversiteit klikt het goed tussen ons. Het heeft me al veel geholpen en ik wil er voorlopig nog niet mee stoppen. Daarvoor is het te waardevol. Langzaam maar zeker onderneem ik ook weer andere dingen. En dat voelt goed.”

Nel



Ondersteuningsaanbod 2024

Informatiepunt	Bereikbaar voor alle vragen en zorgen rondom rouw, verlies en nalatenschap.
Bloemen na Verlies	Een boeket kan door professionals en naasten worden aangevraagd voor mensen waarvan een dierbare is overleden in Kennemerland en Haarlemmermeer. Kijk hier voor meer informatie
Individuele gesprekken (Regiobreed)	Voor iedereen die behoefte heeft aan 1 op 1 gesprekken na een overlijden. Team van ervaringsdeskundige vrijwilligers komt bij mensen thuis. Kijk hier voor meer informatie
Gespreksgroep Haarlem*	Elke tweede woensdag van de maand Locatie: Jansstraat 33, Haarlem Tijd: 10.00 -12.00 uur
Nabestaandencafé Haarlem*	Elke laatste woensdag van de maand Locatie: Grandcafé Brinkmann – Grote Markt, Haarlem Tijd: 10.00 – 12.00 uur
Nabestaandencafé Hoofddorp*	Elke eerste maandag van de maand Locatie: Nieuwe Silo – Graan voor Visch 14302, Hoofddorp Tijd: 10.00 – 12.00 uur
Nabestaandencafé Heemstede (vanaf 2024)*	Elke derde woensdag van de maand Locatie: Miro - Raadhuisstraat 62, Heemstede Tijd: 10.00 – 12.00 uur
Wandelen na verlies Haarlem*	Elke donderdag Locatie: Witte van Haemstedelaan 72, Haarlem Tijd: 10.00 – 12.00 uur
Wandelen na verlies Nieuw Vennep (vanaf april 2024)*	Om de week op donderdag Locatie: De Toolenburgerplas, IJweg 1270, Hoofddorp Tijd: 10.00 – 12.00 uur
Eropuit na Verlies Haarlem (vanaf september 2024)*	Elke eerste donderdag van de maand Locatie: wisselt Tijd: 14:00 - 16:00 uur

* Op [de agenda](#) van de website van Stichting Nabestaandenzorg kunnen mensen meer informatie vinden en zich aanmelden.

Team

Stichting Nabestaandenzorg



Vlnr: Jacqueline Schweig, Marisca Burger, Mariette de Winter, Kees de Louw, Carla Koning, Wilma Vermunt, Linda Frank, Lucy vd Vorst, Jos Vermij en Bertine Hagmeijer. Afwezig Marianne Vreeken en Elly Alders

Bestuur

Jacqueline Schweig - Voorzitter

Kees de Louw - Penningmeester

Carla Koning - Secretaris

Kernteam

Linda Frank - Manager

Bertine Hagmeijer - Coördinator Individuele gesprekken

Lucy van der Vorst - Praktijkondersteuner Verlies

Elly Alders - Praktijkondersteuner Verlies

Mariette de Winter - PR/communicatie

Wilma Vermunt - PR/communicatie

Marisca Burger - Administratie

Gespreksgroepsleiders

Jos Vermij

Marianne Vreeken

Vrijwilligers

Naast deze vaste kern van mensen staat een team van 32 betrokken, goedgetrainde en deskundige vrijwilligers.

Collega-organisaties

Wanneer een ondersteunings- of informatievraag van een nabestaande niet binnen de stichting kan worden beantwoord, verwijzen we graag door naar collega-organisaties in het werkveld.



Vrijwilligers

Groei in aanvragen en betrokken vrijwilligers

Het aantal aanvragen is dit jaar opnieuw toegenomen. Om aan deze stijgende vraag te kunnen voldoen, hebben we actief nieuwe vrijwilligers geworven. Het is mooi om te ervaren dat mensen zich aangetrokken voelen tot het thema rouw en verlies.

De betrokkenheid is groot: vrijwilligers committeren zich met overtuiging en dragen actief bij aan de ontwikkeling van de stichting.

Deze groei vraagt om blijvende aandacht voor begeleiding, training en onderlinge verbinding – iets waar we ook komend jaar volop op blijven inzetten.



Vrijwilligerstraining en deskundigheidsbevordering

In het afgelopen jaar is veel aandacht besteed aan het trainen en begeleiden van onze vrijwilligers. We vinden het belangrijk dat zij goed toegerust zijn om nabestaanden op een betrokken en professionele manier te ondersteunen.

Daarom organiseerden we meerdere bijeenkomsten gericht op deskundigheidsbevordering, zoals themabijeenkomsten, intervisie en trainingen op het gebied van communicatie en rouwbegeleiding.

In 2024 hebben we veel aandacht besteed aan de sociale kaart, gespreksvoering, Alzheimer en kwetsbare ouderen.

Gesprekskaartjes: een hulpmiddel van en voor vrijwilligers

Een bijzonder project dit jaar was het ontwikkelen van gesprekskaartjes door de vrijwilligers zelf. Vanuit hun praktijkervaring hebben zij een set kaartjes samengesteld die kan helpen bij het aangaan en verdiepen van gesprekken met nabestaanden.

De kaartjes bevatten thema's, vragen en ingangen die steunend kunnen zijn in soms moeilijke of stille momenten. Het initiatief werd enthousiast ontvangen en is een laagdrempelig hulpmiddel, dat aansluit bij de behoeften van zowel vrijwilligers als nabestaanden.





Feiten & cijfers 2024

362

In **2024** hebben **362** mensen voor langere of kortere tijd gebruik gemaakt van de diensten van Stichting Nabestaandenzorg.

Groeien

Stichting Nabestaandenzorg is actief in de regio **Zuid-Kennemerland** en de **Haarlemmermeer**, maar wordt steeds vaker buiten deze grenzen **landelijk** gevonden.

2,4

Gemiddeld neemt iemand deel aan **2,4 activiteiten** van de stichting.

32

Bij Stichting Nabestaandenzorg zijn **32** vrijwilligers actief betrokken en zo'n **20** vrijwilligers incidenteel zoals, bij de herdenkingsavonden.

Rouw stopt niet

Het rouwproces **stopt niet** na een jaar. Het **tweede** jaar wordt vaak als veel heftiger ervaren.

40%

zo'n **40%** van de overledenen laat een partner of levensgezel achter.

4500

In de regio Zuid-Kennemerland en de Haarlemmermeer **overlijden** jaarlijks ruim **4500** mensen.

1300

Ruim **1300** mensen hebben de herdenkingsavonden op begraafplaats **Akendam** en begraafplaats **Kleverlaan** bezocht.

1 op 3

Bij **1 op de 3** mensen die matige tot ernstige eenzaamheid ervaren ligt een overlijden ten grondslag. Meestal van de partner.

70%

Ca **70%** van de mensen die te maken hebben met verlies, geeft aan met iemand op afstand te willen praten in een groep of individueel. En het liefst met iemand die hetzelfde heeft meegemaakt.

4

Gemiddeld laat een overledene **4** nabestaanden achter.

Samen

Samenwerking met gemeenten, zorg- en welzijnsorganisaties, huisartsen, hospices en thuiszorg.



Financiering

In de jaarrekening geven we inzicht in de inkomsten en uitgaven van de stichting



Financiën

- Een deel van het aanbod wordt mede mogelijk gemaakt door subsidies van gemeenten en fondsen.
- Het Nabestaandencafé Haarlem en de Wandelgroep Haarlem worden gedragen door de eigen bijdrage van de deelnemers. Hiervoor ontvangen we geen subsidie.
- Sinds 2024 hebben we een donatieprogramma.
- De stichting draait op de inzet van vrijwilligers. Er zijn geen mensen in dienst. Voor de gespreksgroepen worden rouwdeskundigen ingehuurd. De vrijwilligers ontvangen al naar gelang de afspraken een vrijwilligersvergoeding. Het bestuur is onbezoldigd.
- Nieuwe initiatieven kunnen alleen gestart met voldoende budget.
- In de jaarrekening vindt u een uitgebreid overzicht van de financiën.

Bewustwording

Met de verkregen financiën hebben we in 2024 niet alleen zo'n 362 nabestaanden kunnen adviseren, ondersteunen en op weg geholpen, maar hebben we ook actief bijgedragen aan het creëren van bewustwording rondom rouw en verlies.

Mogelijk gemaakt door

Wij danken de gemeenten Haarlem (Buurts), Haarlemmermeer, Heemstede, Bloemendaal en Velsen voor de subsidies die wij hebben ontvangen.

Daarnaast danken we Ruigrok stichting, RCOAK, Fonds Sluyterman van Loo, Steunfonds DISK, het Vaillantfonds en de gevers van alle giften en donaties voor hun financiële bijdrage in 2024.



Nieuw in 2024

Wandelen na verlies Haarlemmermeer

Vanuit Sportfondsen kwam de wens om een wandelgroep voor nabestaanden te organiseren en dan specifiek in Nieuw Vennep. Sportfondsen heeft hiervoor een budget beschikbaar gesteld. In april is de groep gestart. Al gauw bleek de locatie en omgeving niet echt geschikt en is de groep naar de Tholenburgerplas verhuisd. Na het wijzigen van de locatie nam ook het aantal deelnemers toe.



"Ik ging er met mijn man altijd regelmatig op uit. Na zijn plotselinge overlijden viel dat ook helemaal weg. Bij Eropuit na Verlies voel ik mij helemaal op mijn gemak. We praten over het verlies, maar gaan ook lekker op pad en hebben plezier. Wat een mooie combinatie is dit!"

Eropuit na Verlies

Veel nabestaanden zijn op zoek naar een manier om de wereld weer te ontdekken. Aansluiten bij reguliere activiteiten is vaak nog wat vroeg. Bij Stichting Nabestaandenzorg hebben we een tussenstap ontwikkeld. Met Eropuit na Verlies gaan we binnen de veiligheid van het lotgenotencontact samen de wereld weer ontdekken.

In september is de groep in Haarlem gestart en zat vrij snel al aan het maximaal aantal deelnemers. Het is een hechte groep die naast de maandelijkse bijeenkomst via een whatsappgroep communiceert. Met elkaar stellen ze het programma samen. Inmiddels is de groep te gast geweest in het Provinciehuis, hebben ze een rondleiding gehad in het Teylersmuseum en was er een spelletjesmiddag bij meneer Fransen.

Onderling sterken de deelnemers elkaar op moeilijke dagen en zijn er verschillende vriendschappen ontstaan.



Gespreksgroep voor nabestaanden zonder kinderen

In navolging van 2023 is in 2024 de gespreksgroep zonder kinderen nog een keer gestart. Ook dit keer weer onder begeleiding van een geestelijk verzorger van stichting Questio. De groeps gesprekken zijn weer als helpend ervaren

We bewegen graag mee met onze deelnemers. Vragen, verzoeken en ideeën voor ondersteuning zijn altijd welkom.



Nieuw in 2024

High Tea voor mantelzorgers waarvan de partner is overleden

In samenwerking met Tandem Mantelzorg organiseerden we dit jaar een High Tea voor mantelzorgers van wie de partner is overleden.

Het was een middag vol erkenning, ontmoeting en verbinding. In een informele en ontspannen setting was er ruimte om ervaringen te delen, steun te vinden bij elkaar en kennis te maken met collega's van Stichting Nabestaandenzorg. Door het overlijden eindigt het contact met de consultants van Tandem. De High Tea is een sympathieke manier om het contact af te ronden en warm over te dragen. De deelnemers hebben deze wijze enorm gewaardeerd.



Start Nabestaandencafe Heemstede

In samenwerking met WijHeemstede zijn we gestart met het Nabestaandencafé in Heemstede. Een plek waar mensen die een dierbare zijn verloren terecht kunnen voor ontmoeting, herkenning en een luisterend oor. De opstartfase kende een trage aanloop van bezoekers, wat begrijpelijk is gezien de gevoeligheid van het thema en de behoefte aan vertrouwen en bekendheid. We blijven ons inzetten om het Nabestaandencafé verder onder de aandacht te brengen, in de overtuiging dat dit initiatief van waarde is voor nabestaanden.

Dag van de nabestaande - 21 maart 2024

Op 21 maart, de eerste lentedag, organiseerden wij als stichting voor het eerst de Dag van de nabestaande. Met dit initiatief hebben we een moment gecreëerd waar we stil staan bij verlies, herinneringen delen, maar juist de symboliek van de lente - een nieuw begin extra aandacht willen geven.

Met ruim 20 deelnemers werd het een warme en betekenisvolle bijeenkomst. Bij vertrek kreeg iedereen een potje met narcissen mee met een kaartje met een steunend gedicht.

De reacties van de aanwezigen waren positief en dankbaar.





Broodbankactie

Op de drie zaterdagen voor Kerstmis opende de Grote of Sint Bavokerk in Haarlem haar deuren voor een speciaal adventsprogramma. Bezoekers genoten van muziek, zang, kunst, verhalen, een markt én de Broodbankactie.

In de kerk staat de historische broodbank, daterend uit 1475. Ooit werd hier brood met spek uitgedeeld aan de armen, gefinancierd door schenkingen van rijkere parochianen. In 2005 werd deze traditie nieuw leven ingeblazen.

Tijdens de adventszaterdagen verkochten de Protestantse Gemeente Haarlem en de Evangelisch-Lutherse Kerk Haarlem speciale diakenbroden. Deze broden – gevuld met vijgen, pecannoten en dadels – waren liefdevol gebakken door de bakkers van Bakkerij Van Vessem.

De opbrengst ging in 2024 naar een goed doel dat aansluit bij de Werken van Barmhartigheid. Dit jaar stond het thema 'Herdenking van de doden' centraal, en de opbrengst wordt geschonken aan Stichting Nabestaandenzorg. In 2025 wordt het bedrag bekend gemaakt en de cheque uitgereikt.

Tijdens de middagen was er ook een markt van organisaties die aan het thema verbonden zijn. Het waren inspirerende middagen vol fijne ontmoetingen, waardevolle gesprekken en echte verbindingen. We zijn dankbaar, trots en vereerd dat deze prachtige actie onze stichting heeft gesteund.

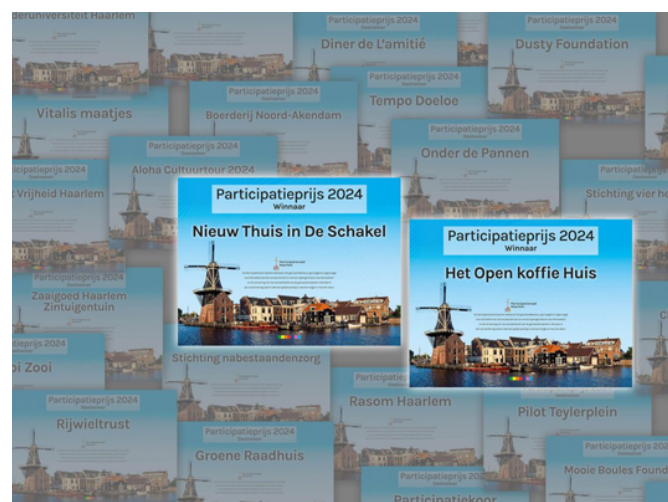
Burgermeester Jos Wienen heeft de broodbank officieel geopend.



Participatieprijs

Ieder jaar organiseert de Participatieraad Haarlem de jaarlijkse uitreiking van de Participatieprijs. Deze prijs is bestemd voor aansprekende projecten en initiatieven in Haarlem die verschillende groepen of mensen met elkaar verbinden en op die manier bijdragen aan een sterker en socialer Haarlem. Stichting Nabestaandenzorg was genomineerd.

Helaas geen prijs voor ons, maar wel een mooi gesprek met leden van de participatieraad en een waardevolle middag waar we nieuwe collega's hebben ontmoet.





De impact van nabestaandenzorg

Reacties van deelnemers



Erkenning en herkenning

Mensen voelen zich gezien. Eindelijk iemand die écht luistert, zonder oordeel.

“Ik hoefde niets uit te leggen – iedereen wist gewoon hoe het voelt.”

In contact met andere nabestaanden vinden mensen herkenning in elkaars verhalen. Dat geeft lucht.

Emotionele verlichting

Praten over het verlies, delen wat zwaar voelt, of gewoon even stil mogen zijn: het haalt de scherpe kantjes van het verdriet af.

“Ik kwam binnen met een brok in mijn keel. Ik ging naar huis met adem in mijn longen.”

Ruimte voor emoties zorgt voor verlichting en bevordert het rouwproces.

Inzicht en houvast

Rouw kent geen stappenplan, maar wel fases en patronen. Onze gesprekken en bijeenkomsten bieden handvatten en geven richting.

“Ik begrijp nu beter wat rouw met me doet. Dat geeft rust.”

Mensen leren dat er geen ‘goed’ of ‘fout’ rouwen bestaat – alleen hun eigen weg.

Verbinding en troost

Lotgenotencontact schept een band die vaak dieper gaat dan woorden.

“We begonnen als vreemden, maar binnen vijf minuten voelde het vertrouwd.”

Er ontstaan warme contacten, soms zelfs vriendschappen. Mensen voelen: ik ben niet de enige.

Een veilige plek om te mogen zijn

Onze bijeenkomsten en gesprekken zijn plekken waar verdriet, gemis én herinneringen er gewoon mogen zijn.

“Ik voelde me veilig. Er hoefde niks. Alles mocht.”

Dat is misschien wel de grootste opluchting van allemaal.

Nabestaandenzorg geeft geen antwoorden, maar wel ruimte, erkenning en nabijheid. En juist dat blijkt voor veel mensen het begin van heling te zijn.

Herdenkingsavonden begraafplaatsen Haarlem

In opdracht van de gemeente Haarlem

'In een ogenblik van stilte
bij een groot verdriet
is het fijn dat men er is
en hoeven woorden niet.

In een ogenblik van stilte
vooral na zo'n groot gemis
zegt aanwezigheid voldoende
voel je echt wat samenzijn is'.



Samen herdenken

Ook in 2024 zijn de herdenkingsavonden die georganiseerd worden op begraafplaats Akendam en begraafpark Kleverlaan drukbezocht. We hebben ruim **1300 mensen** mogen verwelkomen. Stilstaan bij het overlijden en het gemis, het noemen van namen en het samenzijn biedt voor velen troost.

Tijdens de herdenkingsavonden zijn de begraafplaatsen sfeervol verlicht, kan naar het gesproken woord en muziek worden geluisterd, zijn er verschillende belevingsplekken en worden de namen genoemd.

De stichting organiseert sinds 2015 in opdracht van de gemeente Haarlem deze herdenkingsmomenten.





Stichting Nabestaandenzorg

PR en communicatie

Communicatie uitingen

Uiting	Aantal unieke lezers/ bezoekers/ volgers				Bijzonderheden
	2021	2022	2023	2024	
<u>Website</u>	3264	5270	5977	8421	Top 3 bezochte pagina's: agenda, aanbod en aanbevolen boeken. Opvallend is dat de bezoekers uit het hele land zijn en de website via een zoekmachine vinden.
Nieuwsbrief	1311	1402	1600	1745	Maandelijks / Nabestaanden, professionals, geïnteresseerden
<u>Facebook</u>	508	658	695	770	Nabestaanden en professionals
<u>Linkedin</u>	0	186	393	553	Professionals
<u>Instagram</u>	0	0	160	213	Nabestaanden en professionals

Communicatie en zichtbaarheid

Hoewel we actief zijn op social media, bereiken we momenteel de meeste mensen via onze maandelijkse nieuwsbrief en onze website. De nieuwsbrief wordt goed gelezen en gewaardeerd, en vormt een belangrijk middel om betrokkenen te informeren over activiteiten, ontwikkelingen en thematiek.

Ook via LinkedIn groeit onze aanwezigheid: het aantal volgers is dit jaar aanzienlijk toegenomen, vooral onder professionals in zorg en welzijn. Dat bevestigt de behoefte aan verbinding en kennisdeling in dit netwerk.

In 2025 willen we hier nog actiever op inspelen. We zetten in op het versterken van onze online relaties met professionals, onder andere door het delen van praktijkverhalen, nieuws uit de organisatie en relevante inhoud over rouw en verlies. Zo bouwen we verder aan een betrokken netwerk én vergroten we onze zichtbaarheid.

Netwerken en werkgroepen

Stichting Nabestaandenzorg participeert in verschillende netwerken en werkgroepen zoals: Netwerk kwetsbare ouderen, Netwerk Palliatieve Zorg, Coalities tegen eenzaamheid in de regio gemeenten. Daarnaast nemen de collega's van de stichting als het even kan deel aan netwerkbijeenkomsten in de regio.

Communicatie via partners

Het aanbod van de stichting wordt regelmatig gedeeld op websites en social media van partnerorganisaties. Elke maand staan we in de nieuwsbrief van de Seniorenclub. Ook staat het aanbod op de diverse activiteiten websites in en van de verschillende gemeenten.



Op een dag als deze
Staat de wereld even stil
Op een dag als deze
Gaat niets zoals ik wil

Op een dag als deze
Heeft verdriet de overhand
En ook al leef jij voort in mijn
hart
Op een dag als deze
Voel ik des te meer de
afstand

Op een dag als deze
Bundeltje gemis

Gedeeld op social media



Nabestaanden worden we allemaal!

Draagt u het werk van de stichting een warm hart toe?

Een donatie is van harte welkom!

U kunt een gift overmaken op:

NI53 INGB 0009591493 t.n.v. Stichting Nabestaandenzorg



Contactgegevens

Voor meer informatie of
aanmeldingen kunt u contact
opnemen via 06 - 279 10 489

www.stichting-nabestaandenzorg.nl
info@stichting-nabestaandenzorg.nl

Bezoekersadres:
Vergierdeweg 458
2026 BJ Haarlem

Colofon

Samenstelling jaarverslag:
Wilma Vermunt en Linda Frank