



Stichting Luctus beleidsplan

Verlies-en rouwbegeleiding

Het Waterlandhuis,
Waterlandlaan 81
1441RS Purmerend

Mobiel 06-20475245

luctuswaterland@gmail.com
www.stichtingluctus.nl
Facebook: Stichting Luctus

Ter inleiding

1. **Visie**
2. **Missie**
3. **Doelstellingen**
4. **De organisatie**
5. **Het product/ het aanbod**
6. **Kwaliteitseisen van de begeleiding**
7. **Medewerkers en taakgebieden**
8. **Kosten**
9. **Voorwaarden en middelen**
10. **Schema praktische uitvoering**
11. **Opstartkosten**
12. **Opstartacties**

Ter inleiding

Luctus, het Latijnse woord voor rouw staat in ons credo: "Ik rouw en ik kom boven". Vrij vertaald naar het "Luctor et emergo", de spreuk in het wapen van Zeeland. De betekenis daarvan is: "Ik worstel en kom boven".

Een verlies laat altijd zijn sporen na bij de achterblijvende (n). Er is verdriet en pijn door het verlies. Het verlies van een dierbaar persoon of van de gezondheid. Ook verlies van werk of een ander pijnlijk verlies kan leiden tot een proces van rouw.

Het rouwen om verlies is een nature omgaan met het verdriet van het verlies. Soms herkennen en erkennen mensen dit niet, of stoppen hun gevoel ver weg. Het verlies kan dan zo ver weg gestopt worden, dat er vanbinnen iets bevriest, dit noemen we: "gestolde rouw". Dit kan psychische problemen en ook lichamelijke klachten tot gevolg hebben.

In Purmerend en omstreken zijn geen mogelijkheden tot het delen van rouw en verdriet anders dan uitgaand van ziek-zijn, zoals na geestelijke of psychische instorting, waarbij psychische hulp nodig is. Luctus beoogt mensen hulp en ondersteuning te bieden in het gezond verwerken van hun rouw, voordat er sprake is van het in geestelijk nood raken.

1. Visie

Verlies-en rouwbegeleiding kan bijdragen aan "Gezonde rouw", en voorkomen dat er geestelijke of psychische problemen ontstaan. Ieder mens heeft het recht om gehoord te worden in zijn of haar pijn en verdriet en daarbij ondersteuning te vragen en te ontvangen. Het delen met lotgenoten heeft een helende werking.

2. Missie

Het bieden van verlies en rouwbegeleiding, met ruimte voor samenzijn en groepsgesprekken. Dit doen wij door middel van het faciliteren van bijeenkomsten waarin rouwbeleving centraal staat en met ervaringsdeskundige begeleiding. Erkenning en herkenning van lotgenoten in het verdriet en de pijn van het gemis van een dierbare, werk of anders zijn hierbij belangrijke elementen.

3. Doelstellingen

- Het vullen van een hiaat in de zorg en dienstverlening in Purmerend middels het aanbieden van een platform ten behoeve van rouw- en verliesverwerking
- Van en door elkaar leren over hoe op een gezonde manier om te gaan met verlies en rouw.
- Het bieden van de mogelijkheid tot ontmoeten van lotgenoten verlies-en rouw.
- Preventie van geestelijke en psychische nood door leren om op een gezonde manier om te gaan met rouw en verlies

4. De organisatie

- De organisatievorm is een stichting en de naam van de Stichting Luctus.
- De betekenis van het woord Luctus is rouw in het Latijn.
- Het logo van Stichting Luctus is een halve cirkel die staat voor een te volgen persoonlijk pad. De kleur van het logo is waterblauw (water staat voor gevoel)
- Na registratie van de Stichting Luctus bij notaris en Kamer van Koophandel (KVK) volgt een gemeentelijke subsidie aangevraagd door de penningmeester.

- Stichting Luctus heeft een bestuur van 5 leden: Jasmina Apostolovic voorzitter, Jannie van der Ploeg secretaris. Conny Blokker, penningmeester. Renata Willems en Marja Kragten zijn algemeen bestuurslid.

5. Het product/ het aanbod

Het aanbod van Stichting Luctus bestaat uit drie onderdelen:

- a. Themabijeenkomsten, de themabijeenkomsten zijn maandelijks op een zondag van een duur maximaal 2 uur per bijeenkomst;
- b. 2. Lezingen, boekpresentaties, gastsprekers, film, workshops (maximaal 3 uur);
- c. 3. Individueel gesprek (maximaal 1 uur) op aanvraag.

6. Kwaliteitseisen van de begeleiding

- De begeleider/ trainer heeft levenservaring, een empathische grondhouding en beschikt over goede gespreksvaardigheden.
- De begeleider/ trainer heeft kennis en kunde van verlies- en rouwbegeleiding en de daaraan gekoppelde literatuur.
- Kwaliteitseisen: de begeleiders/ trainers zijn opgeleid in het begeleiden van groepen en ervaringsdeskundige verlies- en rouwverwerking (Sociaalpedagogische hulpverlening, verlies-en rouwbegeleiding)
- Aan de hand van een jaarlijkse evaluatie herscholing en bijscholingen op het gebied van rouwbegeleiding, gelet op landelijke ontwikkelingen.

7. Medewerkers en taakgebieden

- Op moment van start zijn de twee begeleiders van de bijeenkomsten tevens bestuursleden aanwezig. Het werken met meer vrijwilligers is een optie.
- De bestuursleden stellen het programma samen aan de hand van aan rouw gerelateerde thematiek en literatuur.

8. Kosten

- Het bestuur en de begeleiders zijn vrijwilligers, zij ontvangen waar nodig een onkostenvergoeding.
- Locatie/ accommodatie: de individuele bijeenkomsten vinden plaats in twee ruimten in praktijkruimte Waterlandlaan 81
- Locatie/ accommodatie: de bijeenkomsten vinden plaats in de ruimte van Club Welzijn – Heel Europa, Genuahaven 48; Purmerend
- Creatief materiaal: tekenpapier/ kleurpotloden
- Educatieve en ontwikkelingsliteratuur (leestafel)
- Muziek

9. Voorwaarden en middelen

- Locatie/ accommodatie: de bijeenkomsten vinden plaats in twee ruimten in praktijkruimte Waterlandlaan 81/ een ruimte van Zorgcirkel of anderszins.
- Het materiële interieur: stoelen, tafels en sfeeraspecten (muziek/ kaarsen)

- Creatief materiaal: tekenpapier/ kleurpotloden
- Educatieve en ontwikkelingsliteratuur (leestafel)
- Muziek (als een optie)

10. Voorbeelden praktische uitvoering

Een voorbeeld van een thema-middag, duur 2 uur:

<ul style="list-style-type: none"> • Welkom en korte inleiding op het programma. • Een gastspreker over rouwverwerking, een film gericht op dit onderwerp; een workshop • Nabespreking van de ontvangen informatie of ervaring • Na een uur is er een korte pauze met koffie/thee • Afsluiting van de middag 	<ul style="list-style-type: none"> • ca. 5 minuten • ca. 70 minuten • ca. 30 minuten • 10 minuten • • 5 minuten
---	---

Een voorbeeld van een groepssessie, duur 2 uur:

<ul style="list-style-type: none"> • Inleidend een korte meditatie of gedicht om rust te creëren • Een rondje met als doel kennismaken of delen, hoe zit je erbij in een paar woorden. Wat maakt dat je koos voor de rouwgroep? • Een kort stukje evocatieve (muziek gebruikt bij relaxatietechnieken) • Een groepsgesprek, waarin ieder zijn persoonlijke inbreng heeft, een deelronde. Dat wat er zich op dat moment aandient. Of een geleide fantasie met nabespreking. Of behandeling van gerichte literatuur. • Evaluatieronde: wat heb je ervaren? • Afsluiting met een kort muziekstuk of een gedicht 	<ul style="list-style-type: none"> • 10 minuten • 20 minuten • 5 minuten • 1 uur • 20 minuten • 5 minuten
--	---

Een ander voorbeeld van een bijeenkomst

<ul style="list-style-type: none">• Voorlezen van op thema toepasselijk gedicht of proza• Kennismakingsronde• Het thema voor bespreken• In groepjes van 3 of 4 praten over thema: wat doet het met je? Waar raakt het jou? Hoe ga je ermee om?• Koffiepauze• Terug in de grote groep en plenair na bespreken• Afsluiten met stukje muziek of stiltemoment	
---	--

11. Jaarbegroting 2018/ Startjaar

Voor de opstartkosten leent Stichting Luctus een bedrag van €500 van Logopediepraktijk ISTO, Waterlandlaan 81 te Purmerend. Hiervoor wordt een contract opgesteld.

Op 15-01-2018 is een bankrekening op naam van stichting Luctus geopend bij de Rabobank Wielingenstraat 2 , 1441 ZR Purmerend.

LUCTUS WATERLAND 2018 Jaarbegroting
Versie 21-1-2018

BATEN

Bezoekers	Vrijwillige bijdrage van bezoekers bijeenkomsten
Giften	Schenkers particulieren
Subsidie	Gemeente Purmerend
Sponsors	Bedrijven en particulieren benaderen
Fondsen	Oranje fonds VSB fonds Rabobank fonds?

LASTEN op jaarbasis

Huisvesting	1200	100 per maand
Locaties lezingen	1000	100 per keer
Activiteiten	500	Kosten voor sprekers of boeken
Catering bij lezingen	250	Koffie, thee koekjes
Bestuurskosten	0	
Algemene kosten	250	Kosten voor beamer of andere middelen
Bankkosten	175	Rabobank pas 2 x en transacties
Drukwerk	150	Flyer
Website	500	Bouwen en hosting /domeinnaam per jaar
Facebook	50	Adverteren
Publiciteitskosten	500	Krant, advertenties, burrie media
ANBI	0	Geen kosten voor inschrijving
reiskosten	100	0,19 per km via declaraties/ niet binnen Purmerend
portokosten	50	Incidenteel/ voorkeur alles per mail
notariskosten	314,6	Opstartkosten *
kvk kosten	50	Opstartkosten *
bibliotheek	500	
scholing	2000	
verzekering		Via de gemeente verzekerd vrijwilligers
accountantskosten	1500	Jaarlijkse kosten
	<u>9089,6</u>	

*opstartkosten worden via lening van ISTO gefinancierd tot max 500 euro

12. Opstartacties

- A. Een ANBI-aanvraag doen voor Stichting Luctus
- B. Bankrekening openen op naam van Stichting Luctus uitgevoerd in januari 2018
- C. Inschrijving Kamer van Koophandel: uitgevoerd door notaris van der Heijden, Abma en Schreursma in december 2017
- D. Pr-acties: kranten benaderen, via Facebookpagina en website
- E. Sponsors benaderen, contact leggen, samenwerkingsverbanden aangaan met uitvaartverenigingen, inloophuis Wij-allemaal te Purmerend, Inloophuis Pisa te Hoorn en inloophuis Huis aan het water te Katwoude.