

*o, ik weet het niet,  
maar besta, wees mooi.  
zeg: kijk, een vogel  
en leer me de vogel zien  
zeg: het leven is een brood  
om in te bijten en de appels zien rood  
van plezier, en nog, en nog, zeg iets.  
leer me huilen, en als ik huil  
leer me zeggen: het is niets.*

- Herman de Coninck

## Contact

Heb je nood aan een gesprek of een ritueel?  
Vraag naar Goedele bij een zorgverlener of  
neem gerust zelf contact op via:

Telefoon: +32 (0)50 534 180  
E-mail: [goedele.van.edom@azzeno.be](mailto:goedele.van.edom@azzeno.be)

Dienst Zinzorg  
Kalvekeetdijk 260  
8300 Knokke

Bereikbaarheid:  
Maandag - vrijdag: 9u - 17u



### **campus Knokke-Heist (8300)**

Kalvekeetdijk 260 - T +32 (0)50 535 000

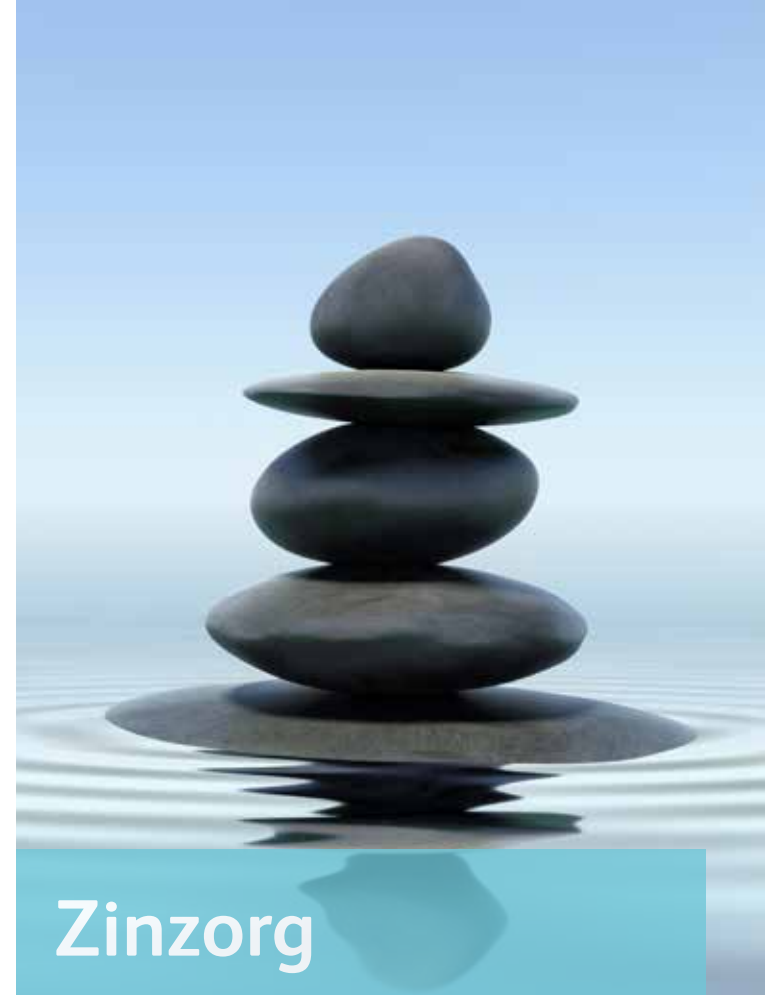
### **campus Blankenberge (8370)**

Dr. F. Verhaeghestraat 1 - T +32 (0)50 534 000

### **campus Maldegem (9990)**

Brugse Steenweg 183E - T +32 (0)50 404 070

[www.azzeno.be](http://www.azzeno.be)



AS0004473XXXX/VZ205



# Zinzorg

Als je te maken krijgt met een ernstige ziekte valt je leven in brokstukken uiteen. Je oude vertrouwde zelf, het leven dat je samen opbouwde, de toekomstplannen die je voor ogen had. Niets is nog zoals voorheen. Je vraagt je misschien af: 'Waarom moet mij dit overkomen?', 'Wie ben ik nog?' of 'Wat is nu écht belangrijk in mijn leven?'

Het zijn levensvragen die je uitdagen om van de brokstukken in je leven weer een betekenisvol geheel te maken. Een ander zelf, een andere wereld, een ander leven. Maar wel een dat de moeite waard is om geleefd te worden. Bij deze zoektocht naar een **betekenisvol leven** wil de spiritueel zorgverlener je graag helpen.

## De spiritueel zorgverlener helpt je bij:

- Leren omgaan met **crisissituaties**, zoals het krijgen van slecht nieuws.
- Integreren van **verlies**. Verlies van je gezondheid, je huisdier of je geliefde.
- Worstelen met **levensvragen**: 'Wie zijn voor mij belangrijk?' of 'Wat wil ik nog doen?'
- Aanboren van **hulp- en krachtbronnen** in je leven, zoals familie, kunst, natuur of humor.
- Opbouwen van een **zinvol leven** ondanks je (ernstig) ziek zijn.

- Uitklaren van **ethische vragen**, beslissingen en dilemma's: 'Ik wil morgen niet meer wakker worden', 'Ik voel mij niet gehoord'.
- Beantwoorden van **vragen rond geloof** (jodendom, christendom, islam...).
- Zoeken naar symbolen of **rituelen** op maat.
- Goed **afroeden van het leven** voor jezelf of voor je familie.
- Hanteerbaar maken van **angst voor sterven**, voor de dood of voor wat er na de dood komt.

## Rituelen

Soms valt wat je meemaakt niet in woorden uit te drukken, omdat het te overweldigend is. Dan kunnen symbolen of rituelen helend zijn.

Rituelen brengen je na een ingrijpende gebeurtenis terug in balans. Ze helpen je ruimte te geven aan wat er ten diepste in je leeft en ze kanaliseren deze emoties. Rituelen werken verbindend. Ze verbinden je met jezelf, met geliefde anderen of met een diepere krachtbron van waaruit je leeft. Zo sta je niet langer alleen met je verdriet. Rituelen scheppen ook een kader waarin je een pijnlijke levenservaring kan neerleggen en er betekenis aan kan geven. Belangrijk bij rituelen is dat ze aansluiten bij

hoe jij in het leven staat, bij wie jij bent. Zo kan je een dankritueel houden om iedereen die je tot steun was tijdens de behandeling te bedanken. Je kan na een borstamputatie een persoonlijk, intiem ritueel uitwerken voor jou en je partner. Of je kan een herinneringsdoos maken voor je kinderen of kleinkinderen.

Naast deze **hedendaagse rituelen** kan je voor de **traditionele rituelen** een beroep doen op de spiritueel zorgverlener. Denk maar aan de communie of de ziekenzalving. Voor rituelen uit andere religies, zoals het jodendom of de islam, neemt de spiritueel zorgverlener contact op met een vertegenwoordiger van de betreffende religie.



Herinneringsdoos