

### Anne-Marie Ruiter

Anne-Marie verzorgt het begeleidingstraject 'Zin in werk na groot verlies'. Als trainer, adviseur, coach en Register- psycholoog NIP/A&O heeft zij ruime ervaring opgedaan bij zowel overheid als bedrijfsleven. Haar eigen levensvragen, levenservaring en behoefte aan verdieping hebben gezorgd voor een brede ontwikkeling als mens en psycholoog.

Zo weet Anne-Marie hoe het is om langdurig ziek te zijn en kent ze ook de omvang van verlies en verdriet. Twee van haar drie kinderen kregen na elkaar kanker. Haar oudste zoon overleed in 2007 aan de gevolgen hiervan.

### Inspiratiebronnen

Haar kracht, kennis en ervaring zet ze bijzonder graag in voor mensen in het bedrijfsleven. Belangrijke inspiratie-bronnen op haar weg vormen de Bhagavad Gita en de Zwitsers-Amerikaanse psychiater Elisabeth Kübler-Ross, die haar leven lang met mensen en hun vragen over zingeving, ziekte en verlies heeft gewerkt.

### Locatie

PARAVANI is gevestigd in het voormalige koetshuis De Pauw op Landgoed Beukenrode in Doorn. Deze prachtige plek op de Utrechtse Heuvelrug leent zich uitstekend voor mooie wandelingen. Alle benodigde faciliteiten zijn in De Pauw aanwezig.

### Tot jezelf komen

Het overlijden van een partner, kind of andere dierbare grijpt in op je hele bestaan. Het geeft verdriet, dat je altijd bij je draagt. Vaak verandert na zo'n intensieve periode je perspectief op het leven en/of je werk: jij bent veranderd.

### Drie keer een dag

Dit 3-daags begeleidingstraject nodigt je uit om je verlies en verdriet te onderzoeken en bewust te kijken naar de invloed hiervan op wie je nu bent. Uitgangspunten vormen jouw unieke situatie en jouw behoeften.

### En dan?

Na afloop van dit traject heb je meer inzicht op wie jij nu bent, wat voor jou belangrijk is en wat je nodig hebt. Je weet waar je staat in je rouwproces en wat jij nodig hebt en zelf kunt doen om weer steeds beter te functioneren op je werk.

Met dit traject kun je een belangrijke stap zetten in het verwerken van wat je hebt meegemaakt. Je kunt beter omgaan met vermoeidheid. Makkelijker de balans houden tussen privé en je werk. Ook kan het helpen bij het voorkomen of weer laten verdwijnen van depressieve klachten.



PARAVANI

bewust leven, bewust werken

Beukenrodelaan 2\*  
3941 ZP DOORN

+31 (0)622201246

W: [www.paravani.nl](http://www.paravani.nl)

M: [info@paravani.nl](mailto:info@paravani.nl)

ZIN IN WERK

NA GROOT  
VERLIES

NON SUM  
QUALIS ERAM



ZIN IN WERK

NA GROOT VERLIES

*"Ons leven is feitelijk niet meer dan een school,  
waar we op de proef worden gesteld, waar we in de polijsttrommel worden gestopt.  
Aan ons, alleen aan ons de keuze of we er vergruisd of gepolijst uitkomen."*

*Elisabeth Kübler-Ross*

### Voor wie

Deze begeleiding is dan ook bedoeld voor jou als:

- Je zeer ingrijpende gebeurtenissen hebt meegemaakt in het verleden, voor of rondom het overlijden
- Je het gevoel hebt dat je vast zit in je verlies en rouwproces of dreigt vast te lopen.
- Je omgeving zich veel zorgen om je maakt en je attendeert op dit project.
- Je functioneringsproblemen en/of gezondheidsproblemen hebt die wel eens heel goed te maken zouden kunnen hebben met je nog niet verwerkte verlies.

### Werkwijze

Dit begeleidingstraject nodigt je uit om je verlies en verdriet te onderzoeken en bewust te kijken naar de invloed hiervan op wie je nu bent. Uitgangspunten vormen jouw unieke situatie en jouw behoefte.

*Jos (53): "Het verdriet blijft en zal ook nooit weggaan, maar ik ga door. Deze training heeft mij handvatten gegeven om leven en werk weer op een positieve manier op te pakken."*

### Praktische informatie

Drie dagen komen de deelnemers bijeen: deze zijn verspreid over een periode van ongeveer zes maanden. De groep bestaat uit maximaal 10 mensen.

Kijk voor actuele data en kosten op: [www.paravani.nl](http://www.paravani.nl). Opgeven: [info@paravani.nl](mailto:info@paravani.nl)

Voor meer informatie kun je bellen met Anne-Marie: 06 22 20 12 46.

*PARAVANI helpt organisaties, teams en medewerkers bij het hervinden van plezier, vitaliteit en zingeving in werk en leven. Hierbij worden trajecten op maat, individuele coaching en in-company trainingen ingezet. De werkwijze is altijd hetzelfde: ondersteunend, verhelderend en vooral praktisch.*

