

Rouwen doe je niet alleen. Kom langs.

[www.themourning.nl](http://www.themourning.nl)    [post@themourning.nl](mailto:post@themourning.nl)



**Beleidsplan  
Meerjarenvisie  
2022-2026**

## Inleiding

De combinatie van decennia van de individualiteit, onze cultuur om verlies weg te bijten en de secularisatie zorgt ervoor dat verdriet, verlies en rouw maatschappij breed ongemakkelijke gespreksonderwerpen geworden die we vakkundig vermijden. We weten niet meer hoe met om emoties te gaan. We hebben geen tools meer om verlies te verwerken.

Er zijn individuele en maatschappelijke zoektochten gaande naar welke vorm wel past.

De geestelijke gezondheidszorg kan de vraag naar mentale hulpverlening niet aan. De cijfers van depressie en burn-out blijven stijgen.

De komst van het COVID-19 virus met bijbehorende problematiek was voor ons de cue: nú is het urgenter dan ooit om dit thema weer op de kaart te zetten.

Het is tijd dat rouw en verliesverwerking de verdiende aandacht krijgt. Dat men überhaupt weet dat rouw niet alleen voorkomt bij het overlijden van een dierbare, maar van toepassing kan zijn op elke verlieservaring (om deze reden spreken wij vooralsnog over verdriet door verlies). We kunnen alleen maar dromen van het wonderlijke effect als ons verdriet maatschappelijk geaccepteerd wordt.

Stichting The Mourning is in april 2022 opgericht met de ambitie om verdriet door verlies uit de taboesfeer te halen.

Op een creatieve, luchtige, toegankelijke en innovatieve wijze willen we een voedingsbodem creëren voor het leren leven met verlies.

De stichting bevindt zich in de eerste fase van haar bestaan, dus de focus ligt in eerste instantie op naamsbekendheid, een financieel fundament en een eerste start met het verbinden van mensen met verdriet door verlies.

In dit beleidsplan kijken wij naar het beleid dat voor het oprichtingsjaar en de eerste jaren daarna wordt uitgezet.

## Visie en missie

Stichting the Mourning heeft zichzelf ten doel gesteld om mensen met verdriet door verlies te verbinden en erkenning en aandacht te genereren voor rouw als onderdeel van het leven.

Onze missie is om de eenzaamheid ten tijde van verliesverwerking te verminderen en de mens te leren zorgen voor zichzelf en voor elkaar op het gebied van ondersteuning bij verlies en rouw.

## Feiten en cijfers

### Zomaar een greep

- In 2020 zijn er 168.678 mensen overleden in Nederland. Er vanuitgaande dat er vijf directe nabestaanden per overledene zijn, betekent dat er in 2020 843.390 mensen te kampen hadden met een groot verlies (CBS)
- Jaarlijks worden ruim 6000 minderjarigen (half)wees (CBS)
- Jaarlijks stranden gemiddeld 30.000 huwelijken (CBS)
- Ongeveer 115.000 Nederlanders per jaar krijgen te horen dat ze de levens veranderende ziekte kanker hebben (KWF)
- Volgens het CBS zijn er jaarlijks 100.000 slachtoffers van aanranding, verkrachting en/of misbruik (Fonds Slachtofferhulp)

### Onze cultuur

- Mensen verwachten dat een rouwende na een halfjaar klaar is met rouwen (Van Deth, 2003)
- Veel rouwendes voelen zich systematisch niet getroost en gesteund, maar beschaamd, gemeden en afgewezen (Goossensen, 2022)
- Driekwart van de Nederlanders vindt religie/spiritualiteit weinig tot niet belangrijk (CBS)

### De gezondheidszorg

- In sommige regio's lopen de wachttijden voor GGZ op tot 30 weken (NZA)
- Langdurige, traumatische rouw is sinds 2022 opgenomen als trauma-gerelateerde stoornis in de DSM-5. Dit vergemakkelijkt de toegang tot hulp voor nabestaanden, aangezien de Nederlandse verzekeringsmaatschappijen hun vergoeding baseren op de aandoeningen die in de DSM-5 beschreven staan.
- Met begeleiding bij rouw op de werkvloer is er een verzuim reductie van 28% (ArboNed)

### Het economisch effect

- Nederland kent geen wettelijk rouwverlof, alleen de Wet Arbeid en Zorg voorziet kort verzuim verlof voor een 'korte redelijke periode'.
- De gemiddelde verzuimduur bij rouw is 170 dagen (ArboNed)
- 51% van de werknemers geeft aan te weinig begrip te ervaren van hun werkgever (CNV)
- 1 op de 10 werknemers krijgt na het verlies van een dierbare een burn-out (CNV)
- 16% van de werknemers in Nederland hebben burn-out klachten (TNO)
- De gemiddelde verzuimkosten per werknemer (wegens werkstress) is 9300 euro (TNO)

## **Maatschappelijke tendens / kansen**

Een aantal maatschappelijke trends waar The Mourning op inspeelt.

### Tijd van de maakbaarheid

“We leven in een tijd van de maakbaarheid. We houden ons alleen maar bezig met leuke dingen. We kunnen dit ook allemaal, zelfstandig, we zijn vanuit onszelf succesvol en fantastisch.

We creëren de illusie dat er geen lijden is, want dat past niet binnen het concept van de maakbaarheid”, aldus Dirk de Wachter, Belgische psychiater en hoogleraar. “Met onze westerse hoogmoed denken we ook dat we de hemel kunnen maken, produceren of zelfs kunnen kopen. Dat lijkt me een meritocratische vergissing: dat we dat kunnen grijpen. En dit streven naar een onmogelijke regen van geluk zorgt voor veel miserie, depressie en vermoeidheid.”

### Verlies wegbijten

De basisbehoefte van de mens is liefde. Alles waar we van houden, waar we ons aan hechten, kunnen we helaas ook weer verliezen. Waardoor we belanden in een proces van afscheid nemen, een rouwproces. Maar, zoals Hannah Cuppen, expert bindingsangst en verlatingsangst, mooi verwoordt: “We leren in het leven niet om te rouwen, we leren onze kiezen op elkaar te zetten en door te gaan. We leren niet dat pijn erbij hoort. ... Verborgene verdriet komt aan de oppervlakte vaak als wrok en slachtofferschap naar buiten.”

Daarnaast wordt verborgen verdriet ook van generatie op generatie doorgegeven. Onze cultuur raakt daardoor verzadigd van gestresste mensen met onderdrukte gevoelens.

### Secularisatie

Vroeger stond het kerkelijk instituut centraal in onze maatschappij. Zeker in tijden van rouw fungeert de kerk als een belangrijk houvast voor haar gemeente. Het geloof leert over lijden, vergeving, hoop en vertrouwen. De kerkganger heeft een geestelijk verzorger, een sociale gemeenschap, structuur, rituelen, en put troost uit de connectie met God. Door de secularisatie is dit hele systeem op zijn retour.

### GGZ op slot

“Uit nieuwe cijfers blijkt dat het aantal mensen dat psychische hulp nodig heeft ‘tot orkaankracht’ is gegroeid. 15 procent extra jeugdigen blijkt een beroep te doen op de jeugdpsychiatrie, waar de wachtlijsten, bijvoorbeeld voor eetstoornissen, soms al maandenlang zijn. Het aantal volwassenen dat psychische hulp nodig heeft, is na een daling in Corona tijd – omdat mensen zich niet bij de huisarts durfden te melden – terug op het oude niveau. De instroom groeit, terwijl de personeelsproblemen alleen maar toenemen. Het verzuim ligt op een dikke 6 procent en vooral langdurig verzuim neemt toe, er zijn naar schatting zo’n 3000 medewerkers langdurig ziek. Uit eerdere prognoses over 2021 bleek dat er een tekort is aan zo’n 3500 tot 6800 medewerkers.” - Ruth Peetoom, voorzitter Nederlandse GGZ.

### De nieuwe zingeving

“Naarmate mensen minder gelovig zijn en nog maar zelden een kerk van binnen zien,

gaan ze hun zingevingvragen op andere manieren formuleren en op andere plekken stellen. Bijvoorbeeld bij de huisarts of bij de psychiater. Ze zien in hun spreekkamers een toenemend aantal mensen dat er in hun ogen niet thuishoort. Het zijn mensen die niet leiden aan een psychiatrisch ziektebeeld, maar mensen die, als het gaat om zingeving, ergens op misgrijpen en hun draai in het leven daardoor niet vinden. Zingeving is inmiddels echt geen uitsluitend kerkelijk of religieus gebeuren meer. Het is een terrein dat steeds diverser wordt en zich verschillende kanten op beweegt. En er is de laatste jaren een reeks aan niet-religieuze speelvelden bij gekomen waar zingeving een voorname rol speelt. Er voltrekt zich een soort emancipatieproces, dat zingeving losmaakt uit de zuiver levensbeschouwelijke en religieuze hoek. Dat leidt tot een verrassende en verrijkende diversiteit.” - Frans Croonen, cultuurfilosoof.

### COVID

Door het Coronavirus is de impact van verlies mogelijk groter geweest, door de 1,5 meter afstandsregel en beperkt contact. Rouwrituelen zoals het deelnemen aan een uitvaart, of fysieke sociale steun was nauwelijks mogelijk. Er lopen momenteel meerdere wetenschappelijke onderzoeken naar de effecten van de pandemie op rouwprocessen. Daarnaast gaat het Coronavirus gepaard met meerdere verliezen; van werk, van vrijheid, van vriendschappen, van gezondheid (long covid).

### Behoefte aan begrip

Riet Fiddelaers, rouwtherapeut: “Rouw wordt, met het opnemen in de DSM-5, als een soort ziekte gezien terwijl we het moeten normaliseren. Rouw hoort erbij wanneer je iemand verliest. De emoties zijn normaal bij het verlies van een dierbare, om op een gegeven moment weer terug in het dagelijkse leven te landen. Mensen vragen zich nú al vaak af of hun verdriet wel normaal is, en of het niet te lang duurt.”

“De meeste rouwenden zijn niet op hun plek in de ziektewet: ze hebben gewoon de tijd nodig om hun leefwereld aan te passen aan het feit dat een dierbare voorgoed weg is” - Jos de Keijser, klinisch psycholoog en psychotherapeut.

## **Wat willen we bereiken**

In onze statuten hebben we de volgende doelstellingen opgenomen:

- het verbinden van mensen met verdriet door verlies;
- het genereren van erkenning en aandacht voor verdriet door verlies als onderdeel van het leven;
- het verminderen van eenzaamheid ten tijde van verliesverwerking;

Door aan deze doelstellingen te werken kunnen we het volgende te bereiken bij onze doelgroep:

### Betekenisvolle ontmoetingen en uitbreiding van sociaal netwerk

Sommige mensen verliezen fundamentele partners uit hun sociale netwerk. Andere mensen kunnen met hun verliesverhaal simpelweg niet terecht bij hun sociale netwerk. Eenzaamheid is veelvoorkomend ten tijde van verliesverwerking. Door mensen met verdriet door verlies aan elkaar te verbinden - door middel het organiseren van ontmoetingen - kunnen sociale netwerken worden verstevigd. Deze mensen hebben immers een gemeenschappelijke deler: het verlies. Een goed begin van een gesprek. Het luisteren naar elkaars verhaal biedt steun en perspectief.

### Wederzijds begrip en ondersteuning

Doordat we leven in een cultuur waarbij verlies wordt weg gebeten, is er weinig begrip voor mensen die hun verdriet door verlies wel willen delen. Het wordt gezien als een zwakte, onnodig emotioneel en zonde van de tijd. De geestelijke gezondheidszorg is overbelast, ook met mensen die gewoon behoefte hebben aan praten over hun gevoelens en de uitdagingen in hun leven. We kunnen een deel hiervan met elkaar oplossen, door weer te leren elkaar mentaal te ondersteunen.

### Tevredenheid met het leven ervaren

Een verlieservaring kan overweldigend zijn, onterecht voelen, en alle logica van tafel schuiven. De grote 'waarom'-vraag kan zo prangend worden, waardoor het leven stil gaat staan. Alhoewel het vaak moeilijk is een antwoord te krijgen op de 'waarom'-vraag, is het wel mogelijk om perspectief te geven. Door kennis te verspreiden over verdriet door verlies, liefde en zingeving, kunnen we leren rouw en verlies te integreren in ons leven en daardoor het grotere geheel beschouwen. In het grotere geheel is er ruimte voor hoop en tevredenheid.

### Versterking van kennis en vaardigheden op het gebied van verliesverwerking

Verdriet door verlies kan mede overrompend zijn doordat er geen kennis is van wat ons overkomt. Als we beter begrijpen hoe en waarom wij zo reageren op verlies, en hoe we elkaar daarin kunnen ondersteunen, kan het lichter worden om het verlies te dragen.

We werken aan onze doelstellingen vanuit onze drie belangrijke waarden:

#### Duurzaamheid

Met elke stap die we zetten denken we na over de impact. Natuurlijk willen we impact hebben op het welzijn van de mens, maar dit mag niet ten koste gaan van het welzijn van onze planeet.

Als er iets is wat de dood ons leert, dan is het wel dat we uiteindelijk ook meegaan in 'the circle of life'. Dus we zorgen goed voor ons thuis, onze aarde.

#### Creativiteit

Vernieuwing, verbazing, verwikking, verlossing, verbinding: creativiteit is de motor.

Verlies en verdriet, onze maatschappij vindt het niet gemakkelijk om dit te uiten of er over te praten.

Dus zoeken we naar creatieve invalshoeken om het luchtiger en inspirerend te maken.

#### Samenwerking

Wij geloven in de verbondenheid van mensen. We zijn allemaal afhankelijk van liefde en energie van de mensen om ons heen. Ieder z'n kwaliteit, rol, plek en unieke zijn.

The Mourning kan alleen bestaan uit samenwerking. En als het gaat om verliesverwerking, dan hebben we elkaar ook nodig. Uiteindelijk maken we allemaal vroeg of laat iets moeilijks mee. We kunnen elkaar daarin helpen. We werken samen aan onze samenleving.



## **Pijlers voor het eerste jaar**

In het eerste jaar zal The Mourning in Den Haag vier bijeenkomsten/evenementen organiseren op het gebied van verliesverwerking. De thema's zijn gericht op de basis, een laagdrempelige eerste stap richting het verbinden van mensen met verdriet door verlies en het verspreiden van kennis omtrent dit onderwerp. Met het organiseren van deze evenementen kunnen we ook werken aan drie (sub)doelen voor het eerste jaar:

### Naamsbekendheid

The Mourning is een nieuwe stichting. In het eerste jaar staat kennismaking met de stad Den Haag centraal. De Haagse bewoners kunnen kennis maken met de werkwijze van The Mourning en het bespreken van rouw en verlies. Door middel van marketing en PR zullen we voornamelijk focussen op naamsbekendheid creëren in de stad en onszelf introduceren in het nationale netwerk van rouw- en verliesondersteuning.

### Starten met een vaste basis in Den Haag

The Mourning begint met zich te vestigen in Den Haag. Mensen met verdriet door verlies zijn overal, maar we moeten ergens beginnen. In Den Haag wordt de koers bepaald voor het evoluerende concept van The Mourning. Vanuit Den Haag kan in de toekomst worden uitgebreid naar andere steden.

### Onderzoeken welke onderwerpen en activiteiten aanslaan

Het eerste jaar van The Mourning wordt een proeftuin. Aan de hand van de resultaten van het eerste jaar kunnen de plannen voor de toekomst worden bepaald. Door te analyseren welke onderwerpen en activiteiten aanslaan, kunnen we de behoeften van de doelgroep in kaart brengen en daar in het vervolg nog beter op aansluiten.

## **Pijlers voor de komende jaren**

### Naamsbekendheid

Na een jaar evenementen organiseren in Den Haag zal The Mourning een basis van naamsbekendheid hebben in de stad. Hierop kan verder worden doorgebouwd door actief bezig te blijven als stichting met marketing, PR en activiteiten. In de eerste jaren zullen we de focus op Den Haag aanhouden om een stevige reputatie onder de bewoners van Den Haag en omstreken te verkrijgen. De toekomstvisie

is om uiteindelijk ook door te bouwen richting andere steden. Maar daarvoor wensen we eerst een vaste basis te hebben in Den Haag.

### Bewustwording en normaliseren van verdriet door verlies

De activiteiten die The Mourning organiseert zullen altijd de focus hebben erkenning en aandacht te genereren voor verlies als onderdeel van het leven. De culturele tendens om niet te praten over verlies, waardoor het in de taboesfeer is belandt, zal niet in een mum van tijd veranderen. Het behoeft continue aandacht en activiteit, om het zaadje te planten bij de maatschappij dat verlies mag worden besproken.

### Onderwijs en werkvloer

Stichting The Mourning zal de activiteiten kunnen ontplooiën door een financiële impuls van subsidies, donaties en fondsen. Wij geloven dat een gezonde financiële huishouding van een stichting ook bestaat uit opbrengsten uit eigen activiteit. In de komende jaren zal The Mourning werken aan plannen om activiteiten te organiseren voor het onderwijs en op de werkvloer, waar een verdienmodel aan wordt gekoppeld. Zo kan The Mourning naamsbekendheid creëren op grotere schaal, impact genereren op grotere schaal en een toekomstbestendig financieel beleid voeren.

### Toewerken naar een eigen vaste plek

Wij geloven in de kracht van een vaste plek, centraal in de stad. Vergelijkbaar met het christelijk geloof; het stond centraal in de maatschappij, en de verzamelplek om het geloof te praktiseren had ook een centrale plek in de stad, waar je op vaste momenten langs kon en kan komen.

De eigen plek van The Mourning kan een 'secure base' worden voor mensen met verdriet door verlies. Langskomen voor een ritueel en koffie met elkaar kan an sich een ritueel worden in iemands leven, wat houvast biedt in het rouwproces. Wij zullen toewerken naar een eigen vaste plek in Den Haag, door onderzoek te doen naar de voor- en nadelen van de locaties waar we tot die tijd gebruik van maken, en het financieel haalbaar te maken.

## **Samenwerking**

### Haagse Rouwkaart

Er zijn al hier en daar initiatieven te vinden in de stad op het gebied van rouw. Het streven van The Mourning is niet alleen om iets nieuws neer te zetten, maar ook om voor de doelgroep inzichtelijk te maken hoe mooi het netwerk omtrent verliesverwerking reeds is. Van rouwtherapeuten tot stilteruimtes, van lotgenoten groepen tot aan spirituele bijeenkomsten. Bezoekers kunnen beter worden geïnformeerd en geassisteerd in hun behoeften als ze ook kunnen worden doorverwezen naar andere ondersteunende partijen.

### Vrijwilligers

Om de evenementen en organisatie van The Mourning succesvol te laten verlopen zullen we helpende handjes kunnen gebruiken. De vrijwilligers zijn waardevol voor de stichting, omdat ze actief bijdragen aan het behalen van onze doelen. We hebben drie verschillende categorieën vrijwilligers uiteengezet:

- Praktische hulp bij events
- Een luisterend oor
- Helpen in de organisatie

De vrijwilligers die een luisterend oor willen bieden op de evenementen, zullen een training ontvangen van The Mourning zodat ze de bezoekers goed kunnen ondersteunen.

De vrijwilligers zijn verzekerd door de Haagse Polis. Door actief contact te onderhouden met de vrijwilligers zullen we monitoren hoe het werk bevalt en hoe we in hen kunnen investeren zodat ze hun werkzaamheden nog beter uit kunnen voeren.

### Andere initiatieven op het gebied van rouw

Buiten Den Haag zijn er meerdere initiatieven op het gebied van rouw: opleidingsinstituten, rouwtherapeuten, online platforms, ritueel begeleiders, andere stichtingen, etc. We willen graag contact leggen met deze initiatieven, zodat we elkaar kunnen versterken. Zo kunnen bijvoorbeeld opleidingsinstituten ons helpen bij vrijwilligers trainen en sprekers aanleveren voor het programma, online platforms onze evenementen promoten, rouwtherapeuten hun cliënten doorverwijzen. Tegelijkertijd kan The Mourning een plek worden waar rouwtherapeuten en ritueel begeleiders nieuwe cliënten kunnen vinden, waar online platforms hun lezers naar kunnen verwijzen, etc.

Uiteindelijk werken we naar onze doelen toe, waarbij volgens ons concurrentie niet bestaat, alleen samenwerking en collega's.

## **Financien**

### Inkomende financiën

#### *Subsidies en fondsen*

De eerste bestaansjaren van de stichting zullen de organisatie en activiteiten worden bekostigd door subsidies en fondsen. De directeur is belast met de uitvoering en er worden geen externe personen ingehuurd om fondsen te werven.

#### *Donateurs (privé en bedrijfsmatig)*

Het donateursbestand zal worden opgebouwd. Het werven van de donateurs zal volgen op het werven van subsidies en fondsen. Om constructief donateurs te kunnen werven zullen we eerst een plan opstellen. De planning is om het donateurs plan in het najaar van 2022 op te leveren en in uitvoering te brengen. Na de oprichtingsvergadering zal de ANBI-status alvast worden aangevraagd om aantrekkelijke voorwaarden te creëren voor de donateurs.

#### *Eigen activiteit*

Voor de evenementen zal een bijdrage worden gevraagd aan de bezoekers. Ook zal The Mourning een eigen (web)shop starten waarmee geld kan worden verdiend. In de komende jaren zal The Mourning werken aan plannen om activiteiten te organiseren voor het onderwijs en op de werkvloer, waar een verdienmodel aan wordt gekoppeld (zie pijlers voor komende jaren).

### Besteding financiën

#### *Kosten evenementen*

Het eerste jaar van The Mourning staat in het teken van het organiseren van evenementen op bestaande locaties in Den Haag. In de begroting zijn eenmalige kosten en terugkerende kosten opgenomen. Er zijn materialen/diensten waar eenmalig in moet worden geïnvesteerd, waarna het elk evenement kan worden gebruikt. Andere posten zullen per evenement terugkeren.

### *Organisatie*

De doorlopende kosten van de organisatie zullen nooit meer bedragen dan maximaal 10% van de inkomsten per jaar.

De meeropbrengsten dragen bij aan de doorontwikkeling van nieuwe evenementen, mits de originele bron dit toestaat. Het bestuur beslist gezamenlijk over de inzet van de middelen en het opbouwen van vermogen. De bestuursleden kunnen hierover geen individuele besluiten nemen.