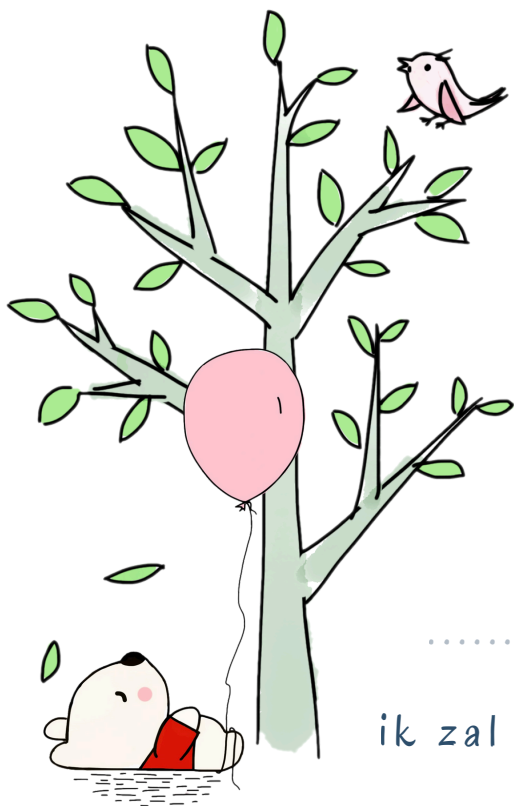


Herinneringsbundel



Liefste

.....

ik zal je nooit vergeten



Tekst: www.coachingdereflectie.be

Illustraties: <https://pixabay.com/images/id-2152902/La-petite-femme>

November 2025 - versie 3

Lieve jij,

Soms moeten we afscheid nemen van iemand die we heel graag zien.

Dat is moeilijk. Verdrietig. Verwarrend.

En soms weet je even niet wat je met al die gevoelens moet doen.

Dit boekje is gemaakt om je te helpen.

Je mag erin tekenen, schrijven, plakken, dromen en stil zijn.

Alles wat jij voelt, mag er zijn; verdriet, boosheid, liefde, heimwee,
maar ook blijdschap als je aan iets moois denkt.

Er is geen goed of fout.

Je hoeft het niet in één keer te doen.

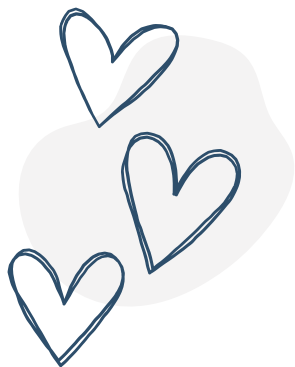
Je mag de tijd nemen die jij nodig hebt.

Soms helpt het om dit boekje samen in te vullen met iemand die je
vertrouwt.

Weet dat de herinneringen blijven,
en dat de liefde niet verdwijnt.

Miranda

Coaching de Reflectie



KLEEF HIER EEN FOTO
VAN DE PERSOON DIE JE MIST

Je bent geboren op:

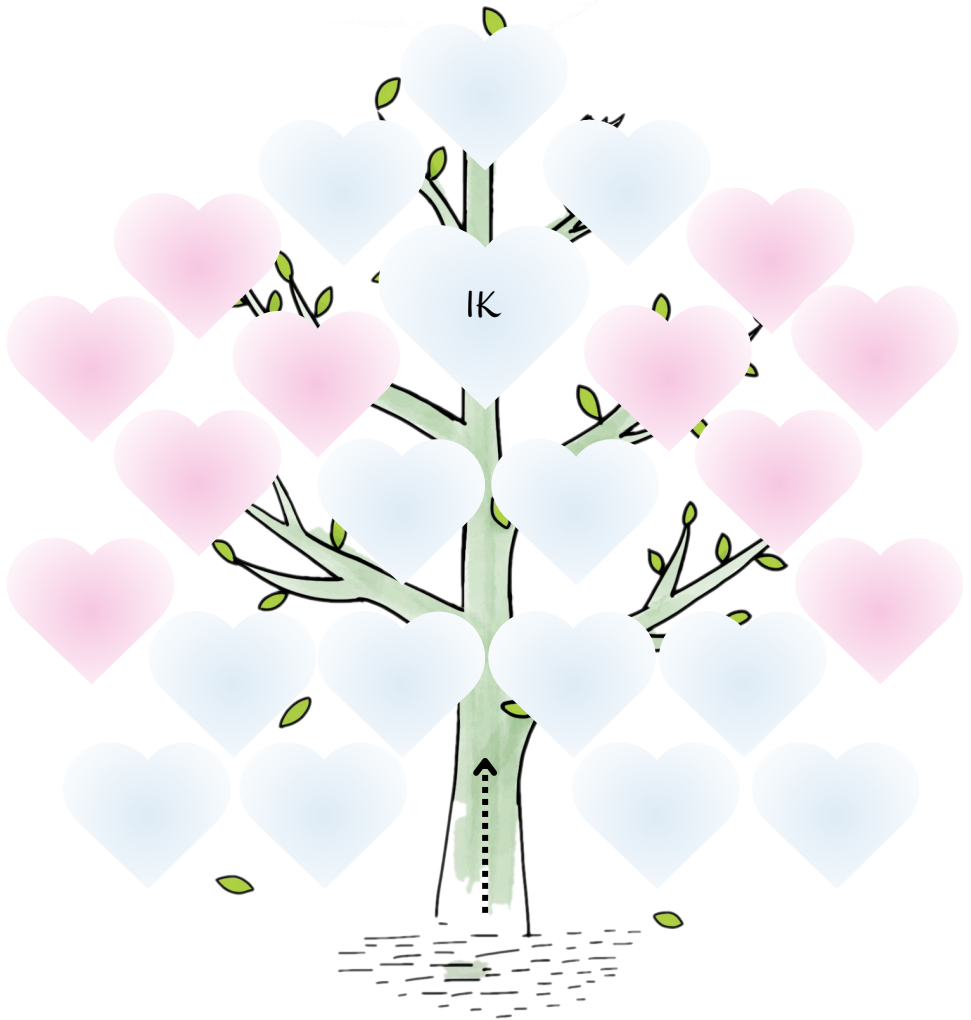
..... / /

en helaas overleden op:

..... / /



Zo zijn we aan elkaar verbonden,
door familiebanden



Overgrootouders / grootouders / ouders / ik / broers, zussen



Tantes, nonkels / neven, nichten / stief-ouders, -zussen, -broers

of door vriendschap



Jij was mijn

.....

.....

.....

Je woonde op dit adres:

.....

.....

.....

Zo zag jij eruit

Je had mooie haren,
en ook prachtige ogen.

Je droeg
geen / soms / vaak / altijd
(een) bril.

Dit viel me op aan jou:

.....
.....

Je kledde je altijd zo:

.....
.....



Dit vond je lekker

Je at graag:

.....

.....

.....

Het liefst dronk je:

.....

.....

.....

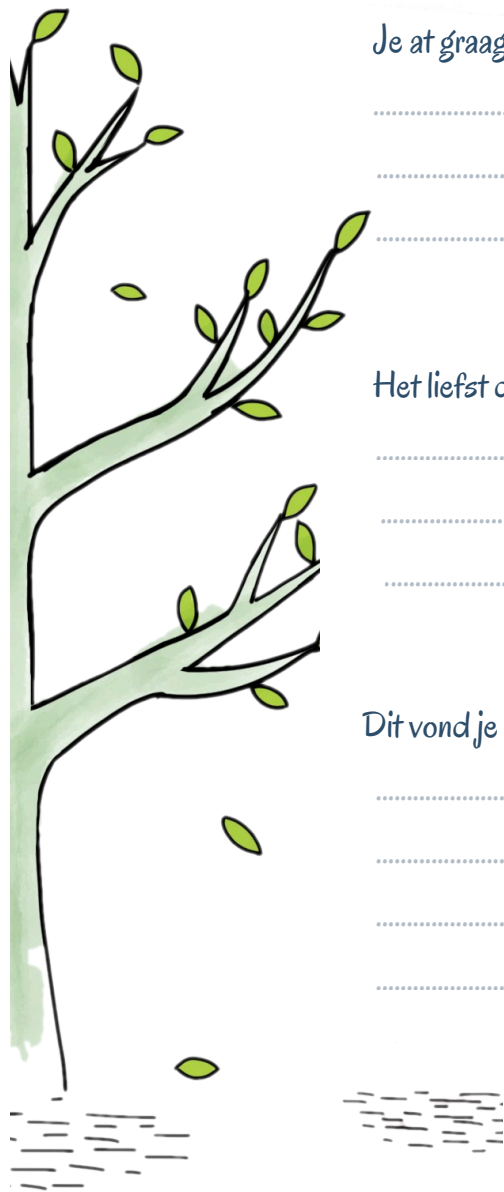
Dit vond je niet lekker:

.....

.....

.....

.....



Wat jij leuk vond

Jouw favoriete hobby's:

.....

.....

Jouw leukste TV-programma:

.....

.....

.....

Jouw lievelingsdier(en):

.....

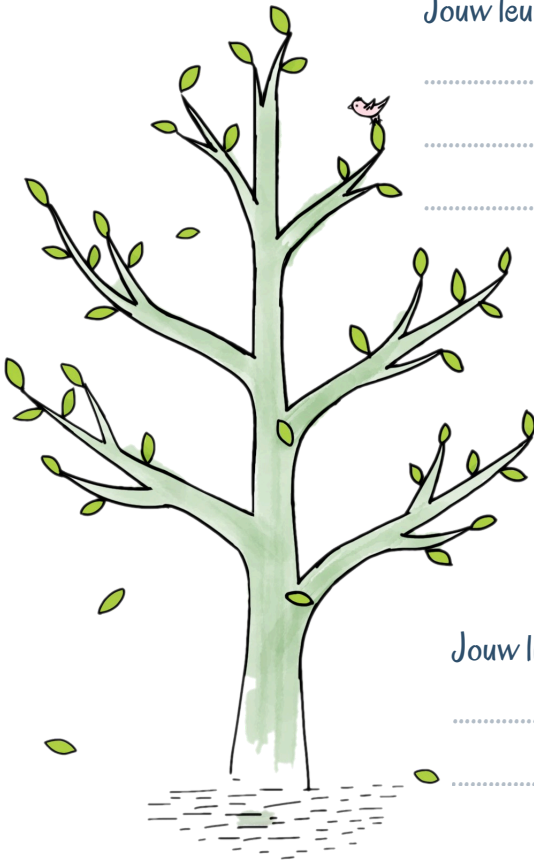
.....

.....

Jouw lievelingskleur:

.....

.....



Wat ik me het liefst van jou herinner



.....

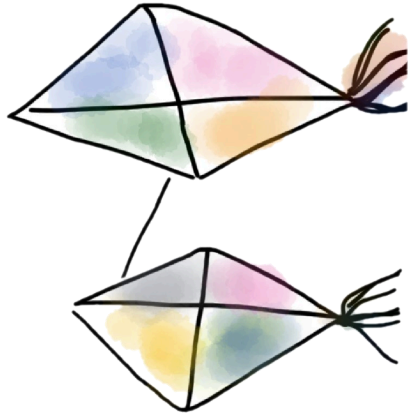
.....

.....

.....

.....

.....



Als ik dit zie, denk ik meteen aan jou:

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

Wat ik nog heel graag tegen jou
zou willen zeggen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

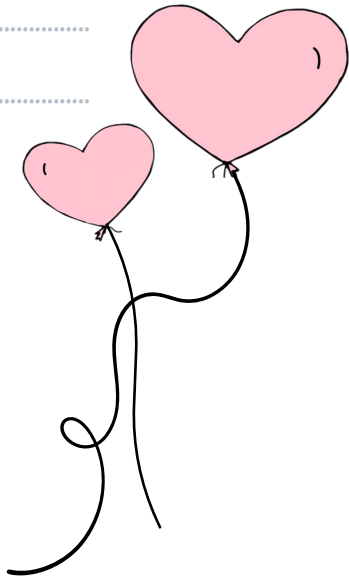
.....

.....

.....

.....

.....



Tot ooit weer ...

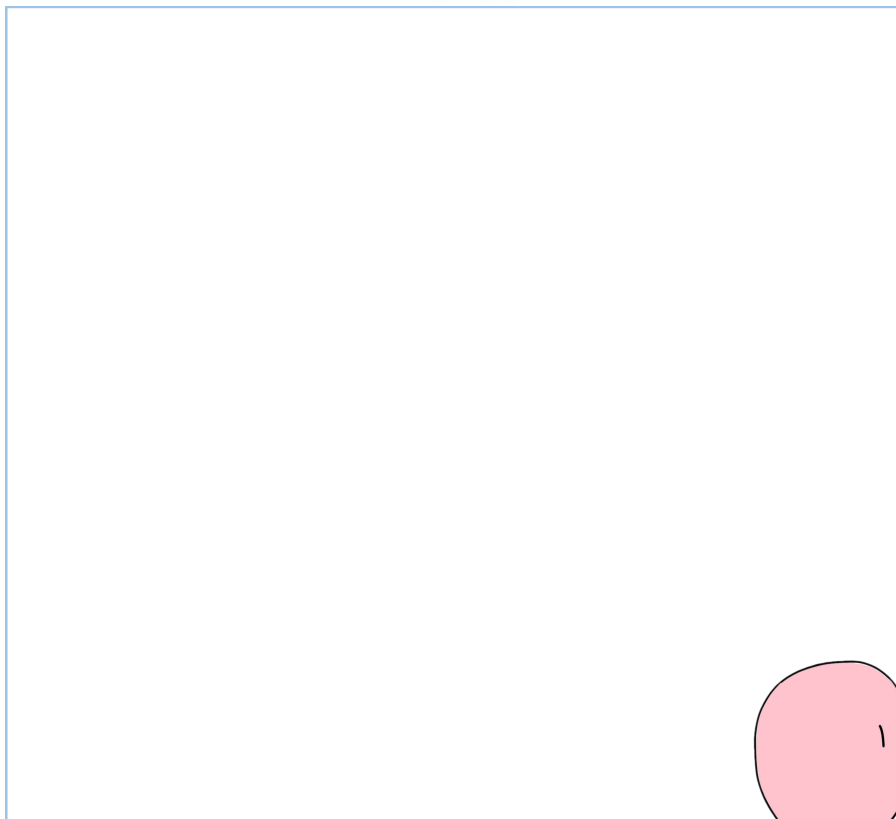
Liefs



Jouw overlijdensbericht



Jouw gedachtenisprentje

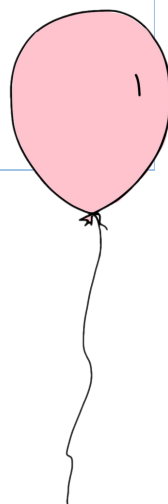


Je bent gestorven omdat:

.....

.....

.....



Wat ik me herinner van het afscheid

De dagen voor het afscheid:

.....

.....

.....

Tijdens het afscheid:

.....

.....

.....

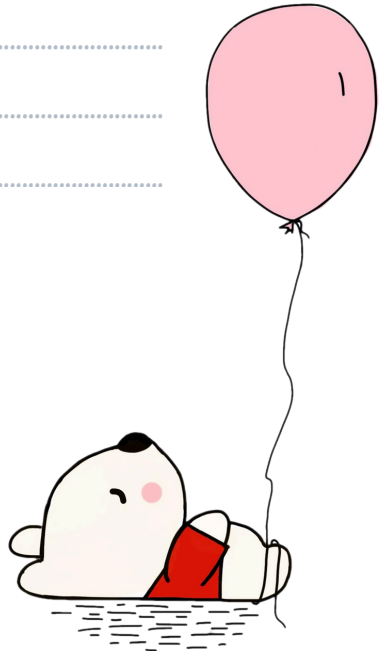
Na het afscheid:

.....

.....

.....

.....



Zo voelde ik me tijdens deze periode

Boos

Bang

Verdrietig

Gewoon

Eenzaam

Ziek

Moe

Onzeker

Stil

Afwezig

.....

Teken /schrijf zelf iets:



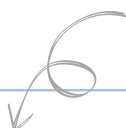
Je laatste rustplaats



Je werd: begraven / gecremeerd /
maar ik kan je nog altijd bezoeken en iets tegen je vertellen:
op het kerkhof / thuis / bij



Dit heb ik getekend voor jou!

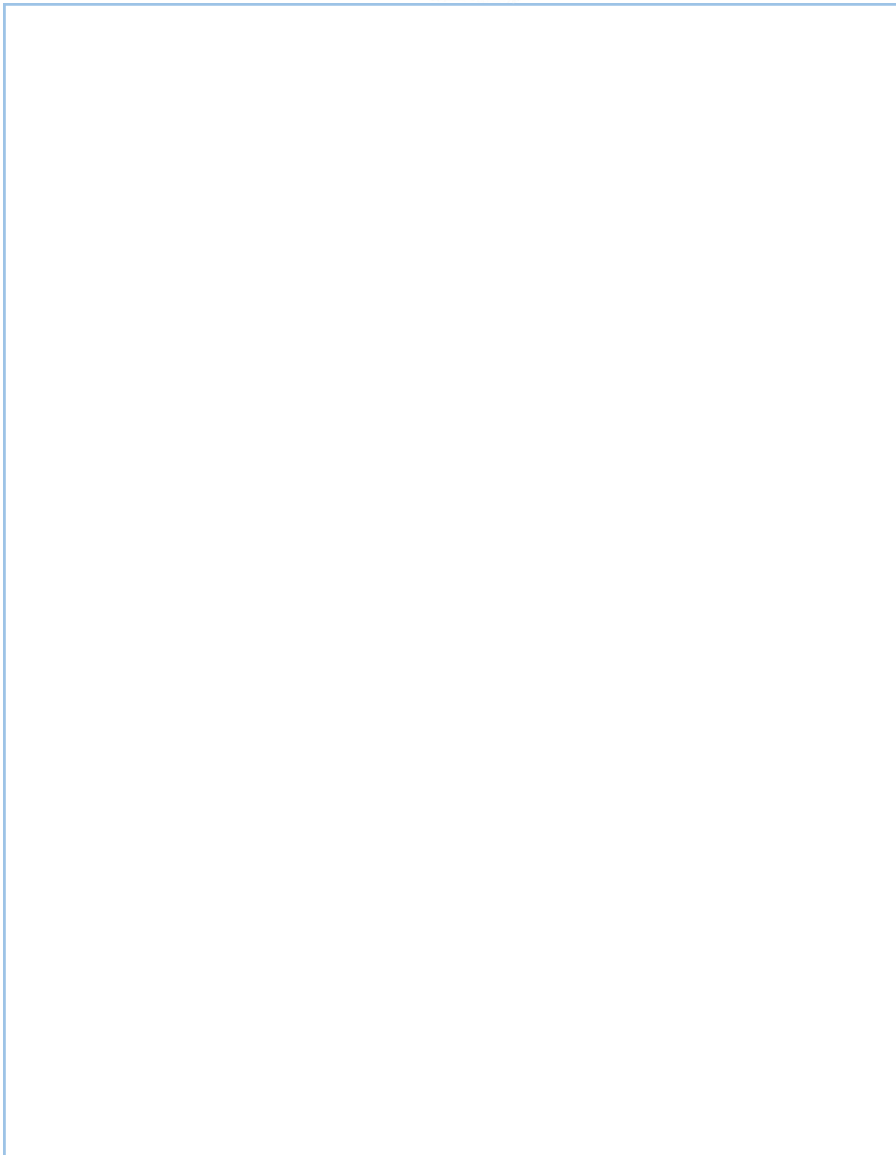


A large empty rectangular box with a blue border, intended for drawing or writing.



Hier kan ik dingen bewaren die
de herinnering aan jou levend houden

A large, empty rectangular box with a thin blue border, occupying most of the page below the text. It is intended for the user to write or draw things that help them remember the person they are thinking of.



Dit helpt als ik het moeilijk heb

- Rusten / gewoon niks doen
- Jouw graf / urne bezoeken
- Naar een plek gaan waar wij altijd kwamen
- Een brief schrijven / een tekening maken / knutselen
- Een knuffel krijgen
- Foto's / filmpjes van jou bekijken
- Een gedenkplekje inrichten
- Bidden
- Naar je stem luisteren
- Met een vriendje / vriendinnetje praten
- Gewoon spelen / TV kijken
- Wandelen / fietsen / sporten
-
-
-



Bij deze mensen kan ik terecht wanneer ik met
vragen zit of me verdrietig voel

Thuis /vrienden:

.....

.....

.....

.....

Op school:

.....

.....

.....

Organisaties:



LIJSTERT NAAR
KINDEREN EN JONGEREN
BEL 102 / AWEL.BE



CLB:

.....

.....



Deze bundel is samengesteld
om kinderen te ondersteunen in het rouwproces
en om de herinneringen levend te houden.



Met veel zorg en liefde gemaakt door
'Coaching de Reflectie'

Miranda Bormans
Coach

+32 467 09 76 98
miranda@coachingderefectie.be



Coaching de Reflectie

Koleneind 57
3930 Hamont
België

Stress ~rouw~ all round

www.coachingderefectie.be