

Hoe ga je om met iemand die niet lang meer te leven heeft? Wat zeg je tegen je zieke buurvrouw in de supermarkt? En wat bespreek je met je vader als het einde nadert? Moeilijke vragen waar je het antwoord niet altijd op weet. Ben je zelf ziek, ga je een dierbare verliezen of ken je iemand die met afscheid te maken krijgt en wil je er voor hem of haar zijn? Zie *Over Afscheid* dan als rugzak waar je af en toe iets voor jezelf of die ander uit pakt.

In dit boek vind je verhalen van 60 mensen die zelf ziek zijn of iemand moesten loslaten. Hun eerste reactie op het slechte nieuws. Hoe zij omgingen met goedbedoelde aandacht waar ze op dat moment even geen behoefte aan hadden. En hoe je je dierbare kunt bijstaan zonder jezelf te verliezen. Lees over de moeilijkste beslissingen in hun leven en over momenten die ze nooit hadden willen missen. Over het behoud van de regie en over het volgen van je hart. Het geeft handvatten voor familie, vrienden, burens, collega's en zorgverleners. Gebruik dit boek om de laatste periode samen zo mooi en draaglijk mogelijk te maken, zodat je later niet denkt: had ik maar...



Sylvie Kroef (1982) groeide op in Brabant, behaalde haar Masters Bedrijfscommunicatie en Bedrijfskunde aan de Radboud Universiteit en woont in Amsterdam. Na het afscheid van twee vrienden en daarna haar vader liet het idee voor dit boek haar niet meer los. Sylvie werkt als interim manager in de zorg en is te boeken als spreker en afscheidsonzorgster. Lees verder op www.laviebijafscheid.nl.

Van de mooie herinneringen aan mijn dierbaren krijg ik nu nog steeds energie. Dat gevoel gun ik iedereen die iemand moet loslaten. Daarom dit boek.