



# Ferm Troostplekken

Ferm creëert publieke ruimtes  
voor troost en verbinding

**Ferm**

[planttroost.be](http://planttroost.be)



soms  
terwijl een mens  
volop in bloei staat  
komt er verdriet  
en valt het leven stil

Leen Vermeire

Troost is belangrijker  
dan ooit.

Bij klein en groot,  
stil en luid verdriet.

Ferm zet in  
op het bespreekbaar  
maken van verlies.

Een bron van troost zijn  
voor iedereen  
die worstelt met gemis.

Op Ferm Troostplekken  
en elders.







“

Ik ben verrast van de kracht om echt fysiek een ruimte vrij te maken. Wanneer je daar echt grond aan koppelt, blijkt dat ook ruimte in uw leven en in uw hart te krijgen. En daarnaast zie je dat je die publieke plek niet alleen bezoekt. Ook anderen zijn daar geweest met een steen of met een lint. Dat doet echt wel iets met je.

bezoeker Troostplek Galmaarden

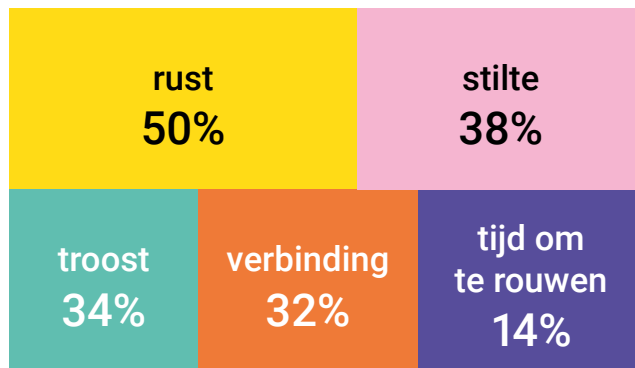
# Een Ferm Troostplek is

- ... een fysieke plek van **stilte** en **rust**
- ... waar men **troost** vindt en biedt
- ... waar **verbinding** ontstaat met bezoekers en buurtbewoners
- ... een bron voor draagkracht en **veerkracht**
- ... waar ernstige ziekte, sterven, dood, **rouw** en verlies normaal en **bespreekbaar** zijn





# Op een **Ferm Troostplek** zoeken mensen...





“

Als ik daar zit en er komt nog iemand aan, dan spreek ik die aan. Er is toch niks anders te doen. We geraken aan de praat en al snel vertel je je verhaal. Gewoon je emoties kunnen delen, werkt. Je steunt elkaar ook al ken je elkaar niet en zie je elkaar misschien nooit meer terug...

bezoeker Troostplek Voeren

“

Het is mijn plek. Het klinkt misschien egoïstisch maar zo voelde dat. Ik vind er troost en rust. Ik kan er loslaten en genieten van de natuur. Ik kan er zitten en blijven zitten...

bezoeker Troostplek Ledeberg





# Creëer jouw Ferm Troostplek

verenig mensen  
en werk samen

zorg voor  
bekendheid

zoek  
een goede locatie

onderhoud  
de plaats

richt de  
troostplek in

werk een aanbod  
van activiteiten uit





“

Als je de buurt mee hebt, wordt het door veel mensen gedragen.  
Als het niet gedragen is, mogen er twintig professionals zitten  
en zeven schepenen, het zal niet lukken.  
Je kan niet zonder de buurt.

bezoeker Troostplek Vladslo



# Ferm Troostplek@work

Rouw schakel je niet uit  
als je gaat werken

Rouw is als een slingerbeweging waarbij er afwisselend momenten van verdriet en herstel zijn. Hoe snel of traag deze slinger heen en weer beweegt, is volledig afhankelijk van persoon tot persoon.

Ieder van ons speelt een belangrijke en ondersteunende rol in het rouwproces van een naaste, ook collega's op het werk. Sta open voor een echt gesprek op een Ferm Troostplek op je werk.

**Een FERM TROOSTPLEK@WORK maakt**

troost geven en krijgen ZICHTBAAR

rouw en verlies **BESPREEKBAAR**

“

Troostplekken halen gemis,  
verlies en rouw  
uit de taboesfeer...



**Prof Sarah Dury** (VUB)  
bestudeert als onderzoeker  
de Ferm Troostplekken



“

Maak ernstige ziekte, verlies en  
rouw zichtbaar. Een Troostplek  
is een fysieke plek waar emoties  
gevierd kunnen worden.  
Het is een plek waar verbinding  
kan plaatsvinden, rust of even  
tot jezelf komen.



# Ferm Troostplekken in beeld



## PLANTTROOST



### Troost

Voor iedereen

Troost, een  
Voor het ver-  
oek als het  
dat er tekke

Hier kun je  
rriet bapem  
De belofte

Samen geve

### Plant n

Plant n  
Gedent p  
Samen geve

Deze plek is voor ons.  
Hier zijn wij voor elkaar het beste knopen  
in het achterlands oerend  
De strukkele bloem, met eenzige wind  
Dat enkel je, zo kijkt hoven  
We aan niemand uit te leggen  
Zwagerd leggen we onze handen  
als verpelt, in elkaar  
Die, je later  
want je wint eenzigeplekand  
Hier, is waar wij samen zijn  
Deze plek is voor ons

Geplaatst door de gemeente  
Dronk en Hout









“

Samen geven  
we meerwaarde  
aan het leven

# Hallo, Wij zijn Ferm

**Ferm geeft meerwaarde aan het leven.  
Van onze leden, klanten, vrijwilligers en  
medewerkers. Samen zijn we Ferm.**

## **Welkom lid**

Wil je ook deel uitmaken van het leukste  
vrouwennetwerk van Vlaanderen?

Als lid van Ferm geniet je een heel jaar lang van:

- Workshops en andere belevingen met korting
- 8 x magazine van Ferm
- Veel ledenvoordeel op onze boeken,  
DIY-pakketten en producten van onze partners

We zien je graag terug op [SamenFerm.be](https://www.SamenFerm.be)



# Beleef met Ferm

- FermMama: online community voor jonge ouders
- Ferm Blijmakers: originele workshops op toffe locaties
- Ferm Mamadepot: tweedehandswinkel met kinder- en babyspullen
- PlantTroost: brede werking thema troost
- Buurtpunten: lokale, duurzame en buurtverbindende initiatieven
- 800 lokale groepen van Ferm, ook in jouw buurt

en veel meer...



Ontdek het op  
[SamenFerm.be/netwerk](https://SamenFerm.be/netwerk)





Alken-Terkoest

Meer informatie vind je op onze website  
en in de Inspiratiegids Ferm Troostplekken



De inzichten in deze brochure komen  
uit een onderzoek van Compassionate  
Communities Expertisecentrum (COCO)  
van de Vrije Universiteit Brussel  
en Ferm in 2023.



# Ferm

Laat je inspireren op SamenFerm.be en volg ons op       YouTube

VU: Monique De Dobbeleer . Ferm vzw . Remylaan 4b . 3018 Wijkmaal  
RPR Leuven . BE0412935136 . SamenFerm.be . ferm@samenerm.be

