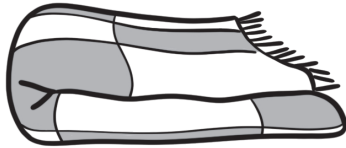


PIEKERMEISJE

EEN BOEK ALS  
EEN WARM DEKENTJE



*Lieve woorden  
voor donkere dagen*

**Lannoo**



Lieve jij,

Bedankt dat je de tijd wilt nemen om dit boekje even vast te houden en door te bladeren. Het gaat over verdriet en bestaat uit drie delen: vallen, verwerken en helen.

Het gaat over het soort verdriet waarvan je niet meer kunt ademen. Dat zich ophoopt in de hoeken van je ogen, in je keel als een brok, op je borst als een blok. Wat mensen wel eens rouw noemen.

Op zulke momenten wens ik je een rustplekje. Dat mag iets simpels zijn: een grasveld om de hoek of een schommel in een park. Gewoon ergens waar je heen kunt gaan als het je allemaal wat te veel is. Bij deze jouw rustplek, in boekvorm.

Dus voor nu: rustig aan, niet te veel in één keer, neem een mok thee of een kop koffie, steek een kaars aan, pak dit boek en zoek een lekkere stoel. En wil je tijdens het lezen even je gedachten kwijt? Blader dan naar de notitiepagina's achterin.

Liefs,

**PIEKERMEISJE**

IK VROEG HET EVEN AAN JULLIE:  
HEB JE AL TE MAKEN GEHAD MET ROUW?

Ja, jammer genoeg wel (3.300 stemmen)

94%

Nee, niet echt eigenlijk (214 stemmen)

6%

ALLEREERST: EEN DIKKE KNUFFEL.

WANT ALS JE DIT BOEKJE VASTHOUDT,  
BETEKEN DAT DAT ER VERDRIET IS.

HETZIJ JE EIGEN VERDRIET, OMDAT JE IEMAND VERLOREN  
BENT, HETZIJ HET VERDRIET VAN IEMAND ANDERS,  
DIE JE WILT HELPEN DOOR DIT BOEKJE TE GEVEN.

HET VOELT NU MISSCHIEN NIET ZO, MAAR HET WORDT  
BETER, ECHT. MET DIT BOEKJE ALS JE GROOTSTE  
SUPPORTER ONDERWEG.



ALS JE HET ZIET ZITTEN, ZOU IK GRAAG IN HET BEGIN EN  
AAN HET EINDE VAN HET BOEK EVEN BIJ JE INCHECKEN.



LIEVER NIET

BLADER GERUST DOOR NAAR WAAR JE WILT

# CHECK-IN

DAT IS GOED,  
IK VOEL ME:

VERDRIETIG  
BLADER NAAR DEEL 3

BOOS  
ADEM EVEN  
DIEP IN  
EN UIT

MACHTELOOS  
BLADER NAAR DEEL 1

VERWARD  
BLADER NAAR DEEL 2

ALLES SAMEN  
PEN JE GEDACHTEN NEER OP  
DE NOTITIEPAGINA'S ACHTERIN

OM EERLIJK TE ZIJN, GEEN IDEE



DEEL 1  
VALLEN





PIEKERMEISJE

WAT WAS HET EERSTE GEVOEL  
DAT JE OVERVIEL WANNEER  
JE IEMAND VERLOOR?

Typ iets...

ONMACHT EN ONGELOOF.



ester

ALSOF MIJN HART WEIGERDE TE BEGRIJPEN  
WAT MIJN HOOFD AL WIST.



zohal

EINDELOZE LEEGTE.



fre

ALSOF ER EEN BAKSTEEN OP JE HART VALT.  
EEN DEELTJE VAN JEZELF DAT JE VERLIEST.



kirsten

IEMAND VERLIEZEN VOELT ALSOF DE WERELD INSTORT.  
ZO ONWERKELIJK.



yana

SCHULD.



emelie

ANGST.



caroline

GEK GENOEG OPLUCHTING.  
DAARNA SCHULD, VERDRIET EN GEMIS.



anna

ALS JE ER GOED BIJ NADENKT: LIEFDE,  
WANT PIJN KOMT VOORT UIT EEN ENORME LIEFDE.



anouk

OP DE VOLGENDE PAGINA'S DEEL IK MIJN EIGEN  
ERVARINGEN MET ROUW.

# IK MIS JE GEWOON HEEL ERG

IK MIS JE WANNEER IK EEN VERHAAL HOOR  
EN JE DAT WIL VERTELLEN.

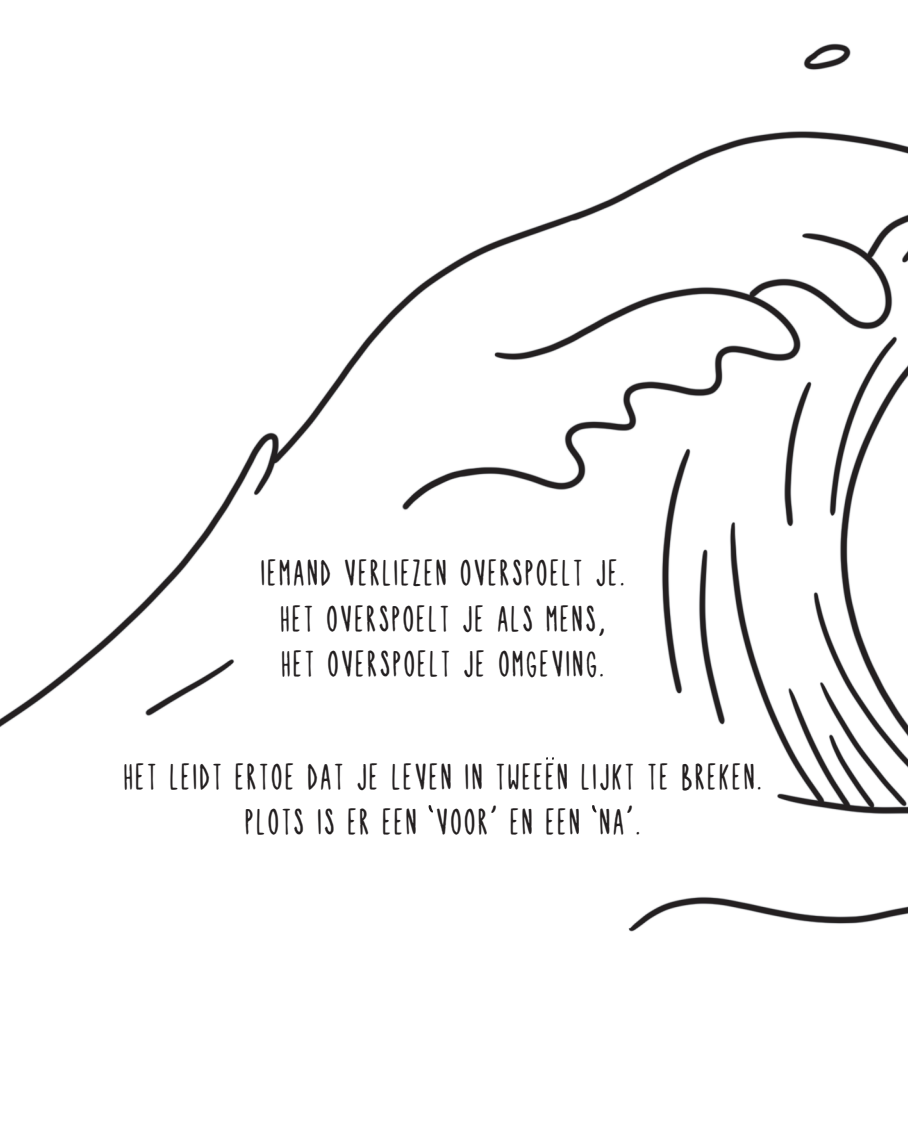
IK MIS JE WANNEER IK DAT ENE  
LIEDJE HOOR OP DE RADIO.

IK MIS JE WANNEER IK MENSEN ELKAAR  
OP STRAAT ZIE OMHELZEN.

IK MIS JE WANNEER HET STIL IS.

IK MIS JE WANNEER IK NAAR BOVEN KIJK  
EN HOOP DAT JIJ DAAR BENT.





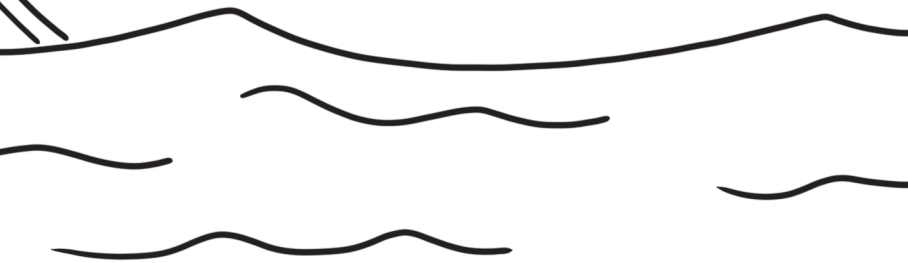
IEMAND VERLIEZEN OVERSPOELT JE.  
HET OVERSPOELT JE ALS MENS,  
HET OVERSPOELT JE OMGEVING.

HET LEIDT ERTOE DAT JE LEVEN IN TWEËN LIJKT TE BREKEN.  
PLOTS IS ER EEN 'VOOR' EN EEN 'NA'.



JE HOOFD PROBEERT ZICH EEN WEG TE ZOEKEN  
IN EEN WERKELIJKHEID DIE NIET MEER DEZELFDE IS.

WAT MIJ HELPT:  
ER IS GEEN JUISTE OF FOUTE MANIER OM MET VERLIES OM TE GAAN.  
GUN JEZELF TIJD EN RUIMTE OM TE HELEN.



**www.lannoo.com**

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Tekst en illustraties: Piekermeisje

Grafische vormgeving: Studio Lannoo (Mieke Verloigne)

Als u opmerkingen of vragen heeft, kunt u contact opnemen met onze redactie: [redactielifestyle@lannoo.com](mailto:redactielifestyle@lannoo.com)

© Piekermeisje en Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2025

D/2025/45/25 – NUR 370/450 – ISBN: 978 90 209 2279 0

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.