

**Een groep jongeren zoals jij . . .
Ben je een jongere tussen de 12 en 16 jaar?
Heb je een vader of moeder die psychische
problemen heeft? Dan vind je in deze folder
informatie over een groep speciaal bestemd
voor jou!**

Hoe gaat het eigenlijk met jou?

Als je vader of moeder psychische problemen heeft, is dat voor jou niet altijd gemakkelijk. Misschien denk je wel eens:

Wat is er precies met mijn vader of moeder aan de hand?
Wat moet ik doen als mijn vader of moeder vreemd doet?
Wat moet ik tegen mijn vrienden zeggen over thuis?
Kan ik ook de ziekte van mijn vader of moeder krijgen?
Mag ik wel plezier hebben, als het met mijn vader of moeder slecht gaat?

Een ontmoetingsgroep?

Als je met vragen zit, of als je je af en toe rot voelt door de situatie thuis, kan het helpen om daarover te praten. Dit is echter makkelijker gezegd dan gedaan. Vrienden begrijpen vaak niet zo goed waar je precies mee zit. Hierdoor kun je je alleen voelen. Je bent echter niet de enige! Er zijn veel jongeren die een vader of moeder met psychische problemen hebben. Wil je met hen ervaringen uitwisselen, dan is deze ontmoetingsgroep misschien iets voor jou!!

Wat doen we in de groep?

In de groep kun je terecht met alle vragen die je hebt over psychische problemen.

Naast het uitwisselen van algemene ervaringen besteden we aandacht aan de volgende onderwerpen:

- (Informatie over) de “ziekte” van je ouder/verzorger
- (Hoe) informeer je je vrienden over thuis?
- Omgaan met moeilijke situaties thuis

Verder staan er ook veel leuke, gezellige activiteiten op het programma.

Voor wie?

De groep is voor jongeren van 12 tot en met 16 jaar die wonen in de regio Rotterdam - Zuid tot en met de Zuid - Hollandse eilanden.

Wat je verder nog moet weten . . .

Als je besloten hebt om aan de groep te gaan deelnemen, krijg je een uitnodiging voor een kennismakingsgesprek met de begeleiders van de groep. Ook je ouders/verzorgers worden hiervoor uitgenodigd. In dit gesprek krijgen jullie nadere informatie over de groep en kunnen jullie vragen stellen.

Kosten

Als je deelneemt aan de groep wordt er een bijdrage van € 12 gevraagd. Dit bedrag besteden we tijdens de groep aan leuke activiteiten.

Informatie en aanmelding

Als je denkt dat deze groep wel iets voor je is, dan kun je je aanmelden via het bijgevoegde inschrijfformulier. Je kunt ook vragen of je ouder dat voor je wil doen, of misschien een hulpverlener die jij kent.

Als je graag nog meer informatie over de groep wilt, dan kun je bellen met Context Centrum voor GGZ preventie, telefoonnummer: (010) 49 33 555, of e-mailen naar info@context-ggzpreventie.nl.

Context is onderdeel van Parnassia BavoGroep
www.bavo-europoort.nl

Ervaringen van deelnemers:

'Hè hè, eindelijk kan ik eens praten over m'n problemen zonder dat ik uitgelachen wordt'

'Ik was bang om naar de cursus te gaan, maar het is me eigenlijk meegevallen want het was soms ook gezellig'

'Ik vond het prettig om uitleg te krijgen, en vragen te kunnen stellen over wat er met je ouder aan de hand is'

'We hebben ook leuke dingen met elkaar gedaan, zoals koken en een avondje skaten'

'Je houdt er leuke contacten aan over!'

'Je bent niet de enige met deze problemen'

Als je vader of moeder psychische problemen heeft ...

Een groep voor jongeren van 12 tot en met 16 jaar



Als je vader of moeder 12 tot 16 jaar
Postbus 5250 3008 AC Rotterdam
Code: 118008
Twentestraat 52 3083 BD Rotterdam
Telefoon (010) 49 33 555 Fax (010) 49 33 589
info@context-ggzpreventie.nl www.context-ggzpreventie.nl