



Mentrum
geestelijke gezondheidszorg Amsterdam



UW KIND!

**Wilt uw kind deelnemen aan
een Doe-Praatgroep of
een Groep voor Jongeren?**

Informatie voor ouders

*Een moeder: 'Ik kom zelf uit een gezin met
een psychisch zieke vader. Ik wil niet dat
mijn kind later problemen krijgt.'*

OPVOEDEN

Elke ouder wil graag het beste voor zijn kind! U ook, al valt het soms niet mee wanneer je wordt gehinderd door psychische of verslavingsproblemen van jezelf of van je partner: Wat vertel je je kind en wat zeg je juist niet? Belast je het kind daarmee of is dat juist goed? Vragen en twijfels die ervoor zorgen dat het soms onnodig nóg moeilijker wordt.

DEZE FOLDER

In deze folder kunt u lezen dat u er niet alleen voor staat. Er zijn instanties die u en uw kind ondersteunen. Niet met therapie, maar met activiteiten die uw kind in staat stellen om te spelen en te praten met kinderen zoals zij. Kinderen van dezelfde leeftijd die ook een ouder hebben met psychische problemen. Mentrum (eenheid Preventie en Jeugd) organiseert praatgroepen voor kinderen en jongeren. Ook bij u in de buurt!

PRATEN?

Kinderen praten niet graag over thuis; zeker niet als ze daarbij het gevoel krijgen dat ze (een van) hun ouders in de steek laten. Toch is praten over thuis en begrijpen wat er aan de hand is een belangrijke stap bij het opgroeien. U kunt uw kind daarbij helpen door samen te praten en door samen leuke dingen te ondernemen.

Even belangrijk is het echter dat uw kind mag zoeken naar informatie en mag praten over thuis in een veilige omgeving. Dit kan in een Doe-Praatgroep of een Groep voor Jongeren. Maar niet zonder uw steun. U kunt uw kind laten praten!

Een vader: 'Er zijn zelfs ouderbijeenkomsten!'

Uw KIND!

In een groep wordt gespeeld en gepraat door acht kinderen of jongeren en twee begeleiders. Er is een Doe-Praatgroep voor kinderen van 8 tot 12 jaar en er zijn Groepen voor Jongeren van 12 tot 16 jaar. Deze groepen komen acht keer bij elkaar na schooltijd en elke bijeenkomst duurt anderhalf uur. Na afloop organiseren we een terugkom-bijeenkomst, waarin wij graag horen wat de kinderen ervan vonden en vooral of ze er iets aan hebben gehad.

Voor alle ouders organiseren we twee ouderbijeenkomsten waarin ook zij steun kunnen vinden bij elkaar.

VRAGEN?

Twijfelt u nog? Heeft u nog vragen? Weet u niet zeker of een groep iets is voor úw kind? Belt of mailt u dan ons. Wij zullen al uw vragen zorgvuldig beantwoorden.

Een moeder: 'Ik zou het fijn vinden als Esther óók eens met iemand kan praten... En pret kan maken natuurlijk!'

MEER INFORMATIE

Naast deze folder hebben we speciaal voor uw kind een folder gemaakt. Hierin vertellen wij precies wat er gedaan wordt in de Doe-Praatgroep en de Groep voor Jongeren en waarom wij denken dat dit belangrijk en leuk is!

Misschien heeft u deze folder al in huis, heeft uw kind het al (samen met u) gelezen? U kunt deze folder aanvragen, telefonisch of per e-mail. U vindt de telefoonnummers en adressen in deze folder.

AANMELDEN

Fijn, uw kind wil meedoen met een groep! En u steunt uw kind in die keuze. U kunt uw kind aanmelden door te mailen of te bellen naar een van de nummers in deze folder. Na aanmelding ontvangt u een uitnodiging om samen met uw kind kennis te maken met de begeleiders van de groep. Daarna kunt u samen met uw kind beslissen of hij of zij echt mee gaat doen aan een groep. Deelname aan de groep is gratis.

Een vader: 'Ik merk dat Bas, mijn zoon, het leuk vindt. Hij is opgewekter en durft veel meer te vragen.'

ADRESSEN

Voor algemene vragen over de groepen of andere ondersteuningsmogelijkheden voor u en uw gezin of voor aanmelding voor de Doe-Praatgroep of de Groep voor Jongeren:
Mentrum Preventie
(Geestelijke Gezondheidszorg Amsterdam)
e-mail: preventie@mentrum.nl
telefoon: 020 590 5090

