

AANDACHT VOOR JOUW VERHAAL



Groep voor jongeren van 12 t/m 16 jaar met ouders met psychische of verslavingsproblemen

Ongeveer 1 op de 4 jongeren groeit op in een gezin met psychische of verslavingsproblemen. Als er bij jou thuis ook zulke spanningen zijn, dan heeft dat ook invloed op jou. Misschien maak jij je zorgen, ga je thuis meer doen of voel je je machteloos of boos. Dat komt vaak voor. Het lukt op om daarover te praten. En het helpt ook om te merken dat je niet de enige bent.

Daarom kun je meedoen aan de KOPP/KOV-groep. KOPP/KOV betekent: Kinderen van Ouders met Psychische Problemen/Kinderen van Ouders met Verslavingsproblemen. Twee begeleiders van Brijder en/of GGZ NHN geven informatie over de psychische of verslavingsproblemen van je ouder(s)/ verzorger(s). De groep geeft je handvatten om met de situatie om te gaan.

Je praat met de andere jongeren in de groep over allerlei onderwerpen, zoals:

- ✓ jouw rol binnen het gezin
- ✓ gedachten die jou helpen en gedachten die jou niet helpen
- ✓ de mensen die jou kunnen steunen
- ✓ goed voor jezelf zorgen, grenzen stellen en goede eigenschappen

PRAKTISCHE INFO

- ✓ Aan elke groep doen ongeveer 8 jongeren mee
- ✓ Er is elke week een bijeenkomst, 8 bijeenkomsten in totaal
- ✓ Elke bijeenkomst duurt 1,5 uur, na schooltijd
- ✓ Deelname is gratis

IETS VOOR JOU?

We vertellen je graag meer over deze groep, zodat jij kunt beslissen of het bij jou past!

Mail naar of bel met Petra: p.poland@ggz-nhn.nl of 06-23 11 61 09
Kijk voor meer info op ggz-nhn.nl/kopp-kov-groep-jongeren



“Eindelijk heb ik mensen ontmoet die echt begrijpen waar ik het over heb.”

— Lisa (15 jaar)



www.ggz-nhn.nl



088 65 65 010



[ggznhn](https://www.instagram.com/ggznhn)



[ggz-nhn](https://www.linkedin.com/company/ggz-nhn)



[ggznhn](https://twitter.com/ggznhn)



[GGZNoordHollandNoord](https://www.facebook.com/NoordHollandNoord)

