

## KletsKOPPen (KOPP/KOV) 8-12 jaar

**Als je moeder of vader psychische problemen heeft of niet lekker in zijn/haar vel zit, kan dat ook voor jou heel moeilijk zijn. Je snapt misschien niet goed wat er aan de hand is, je bent bang of je maakt je zorgen.**

Voor jouw vader of moeder is hulp geregeld, maar jij kan ook wel wat extra aandacht of ondersteuning gebruiken. De groep KletsKOPPen is er voor jou!

### JE BENT NIET DE ENIGE

Er zijn meer kinderen die in een vergelijkbare situatie zitten; je bent echt niet de enige! In de groep KletsKOPPen kom jij samen met andere kinderen. Je leert wat jouw vader of moeder heeft en hoe je daarmee om kunt gaan. Je praat daarover met de andere kinderen in jouw groep en jullie doen samen leuke dingen, zoals spelletjes, video's kijken, muziek maken of toneel. Ook wordt geoefend hoe je op een goede manier voor jezelf kunt opkomen.

### DOELSTELLING

Het doel van de groep KletsKOPPen:

- jou een veilige plek bieden om te praten;
- je gevoelens leren herkennen en uiten;
- minder schaamte, schuldgevoel en verantwoordelijkheid voelen.

- weten bij wie je terecht kunt als je zorgen hebt;
- jou informeren over verslaving en/of psychische problemen;
- jou zelfvertrouwen vergroten.

### WAAR EN WANNEER?

Op verschillende locaties in de regio Rotterdam. De groep bestaat uit acht wekelijkse bijeenkomsten van anderhalf uur. Er is ook een ouderbijeenkomst. Voorafgaand vindt er een kennismakingsgesprek plaats met ouder(s)/verzorger(s) en kind. *Kijk voor de actuele startdata en locaties op de website of scan de qr-code.*

### VRAGEN EN MEER INFORMATIE

Indigo preventie

T 088 357 17 00

E [preventie@indigorijnmond.nl](mailto:preventie@indigorijnmond.nl)

Deelname is kosteloos.

[www.indigowest.nl/vraag-hulp/activiteiten-voor-kind-jeugd](http://www.indigowest.nl/vraag-hulp/activiteiten-voor-kind-jeugd)

**'Ik heb geleerd dat ik me niet hoeft te schamen en dat het niet mijn schuld is dat mijn moeder ziek is'**



**AANMELDEN**

