



Herrie in huis

Als jij thuis geweld meemaakt tussen jouw ouders, dan is dat behoorlijk heftig. Je voelt je misschien schuldig, boos of bang of je schaamt je. Bij Herrie in huis kun je praten met jongeren die hetzelfde meemaken als jij. Misschien heb je daar helemaal geen zin in, maar we merken in onze groepen dat jongeren het fijn vinden er met anderen over te praten. Ook kun jij je mening geven over hoe het thuis gaat, en vertellen hoe je je daarbij voelt.

Wat leer je bij Herrie in huis?

Je gaat ervaringen uitwisselen met jongeren die hetzelfde meemaken als jij. Dat doen we door samen een film te kijken, oefeningen te doen en discussies te voeren bijvoorbeeld. Zo leer je je grenzen bewaken en goed voor jezelf opkomen. Je geeft elkaar ook tips over vragen die je hebt. Het is vaak makkelijker als je kunt praten met jongeren die hetzelfde hebben meegemaakt. Je begrijpt elkaar goed en je hoeft je niet te schamen. Het is belangrijk om hiermee aan de slag om er samen voor te zorgen dat jij je minder zorgen hoeft te maken.

Praktische informatie

- Voor wie? Iedereen van 12 t/m 15 jaar die op het voortgezet onderwijs zit en huiselijk geweld heeft meegemaakt.
- Hoe vaak? 8 wekelijkse bijeenkomsten van 1,5 uur en een ouderbijeenkomst.
- Hoeveel kost het? Niets en er is geen verwijzing nodig.

- › Zijn er nog veel zorgen of is er veel ruzie bij jou thuis? Dan kun je altijd contact met ons opnemen, of met Veilig Thuis Haaglanden via 0800-2000 of de website van [Veilig Thuis Haaglanden](#).