



Jongerengroep

Als je ouders problemen hebben, heeft dat vaak ook ingrijpende gevolgen voor jou. Je zit niet lekker in je vel en op school of werk gaat het niet goed omdat je thuis zoveel moet doen. Je neemt misschien veel verantwoordelijkheid, bijvoorbeeld voor je jongere broertjes en zusjes. Je maakt je zorgen over je ouders. Bij de jongerengroep ontmoet je jongeren die dezelfde vragen en problemen hebben als jij.

Wat leer je bij de jongerengroep?

Met andere jongeren over de problemen thuis praten, kan al heel fijn zijn. Je merkt dat je niet de enige bent. Je leert meer over de psychische klachten of verslaving van je ouders en je leert je grenzen stellen. Omdat het in jouw gezin vaak om de problemen van je ouders draait, kan het voor jou lastig zijn om je eigen leven te leiden. Daarom komt dit ook aan bod bij de jongerengroep. We weten uit ervaring dat jongeren na de jongerengroep ook nog contact houden met elkaar, wat soms heel fijn kan zijn.

Praktische informatie

- › Voor wie? Iedereen van 16 tot 23 jaar.
- › Hoe vaak? 8 wekelijkse bijeenkomsten van 1,5 uur.
- › Wanneer? In de avond.
- › Hoeveel kost het? Niets.
- › Er is geen verwijzing nodig.