

# Themabijeenkomsten voor jongeren vanaf 16 jaar



Praten helpt

Preventieprogramma KOPP/KVO Zuid Limburg

Als je vader of moeder psychische problemen heeft en/of verslaafd is, dan heeft dat vaak gevolgen voor het gezin, en dus ook voor jou.

Veel draait thuis om de ziekte of verslaving van je vader of moeder. En je kent eigenlijk niemand van je eigen leeftijd, die hetzelfde meemaakt.

Mogelijk heb je allerlei verantwoordelijkheden overgenomen zoals de zorg voor het huishouden of voor jongere broertjes of zusjes.

Misschien voel je je alleen, omdat je met niemand over de problemen thuis kunt praten. Mogelijk loop je met allerlei vragen rond: bijvoorbeeld of je zelf ook zo'n ziekte kunt krijgen of dat je het risico loopt om ook verslaafd te raken.

### Jij bent niet de enige!

Hoewel je dat misschien niet denkt, zijn er toch veel jongeren met een ouder met psychische en/of verslavingsproblemen. Vaak hebben zij dezelfde dingen meegemaakt als jij.

Jeroen: "Door de informatie die ik gekregen heb, kan ik er beter mee omgaan".

Praten met leeftijdgenoten die hetzelfde meemaken kan je helpen beter met je eigen situatie om te gaan.

Themabijeenkomsten worden georganiseerd voor jongeren met een vader of moeder die psychische problemen heeft of verslaafd is. Je kunt herkenning, steun en begrip vinden bij elkaar. Jij bent niet de enige!

### Vragen en antwoorden

De themabijeenkomsten geven ook antwoorden op vragen die je hebt zoals:

- Wat is er aan de hand met mijn moeder of vader?
- Is er iets aan te doen?
- Is het erfelijk?
- Hoe kan ik mijn eigen leven oppakken?

Meer algemene informatie over KOPP/KVO is te vinden op de volgende websites:

[www.kopstoring.nl](http://www.kopstoring.nl)  
[www.drankjewel.nl](http://www.drankjewel.nl)

### Praktische informatie

Aantal bijeenkomsten: 8 of 9 wekelijkse bijeenkomsten  
Duur: twee uur per bijeenkomst  
Aantal deelnemers: ongeveer 8 jongeren

Rina: "En ik... Ik nam geruisloos het huishouden over. Iedereen – inclusief mezelf – vond dat de normaalste zaak van de wereld".

### Informatie en aanmelding

Wanneer je ouder psychiatrische/psychische problemen heeft

**Regio Parkstad** Marion Heijmans  
[m.heijmans@mondriaan.eu](mailto:m.heijmans@mondriaan.eu) 088 506 61 15

**Regio Maastricht/Heuvelland** Ida Holterman  
[i.holterman@virenze.nl](mailto:i.holterman@virenze.nl) 043 329 96 40

**Regio Westelijke Mijnstreek** Marijne Dhondt  
[m.dhondt@orbisconcern.nl](mailto:m.dhondt@orbisconcern.nl) 088 459 03 40

Wanneer je ouder verslavingsproblemen heeft

**Regio Parkstad** Sandy Swieringa  
[s.swieringa@mondriaan.eu](mailto:s.swieringa@mondriaan.eu) 088 506 72 00

**Regio Maastricht/Heuvelland** Resie Canter Visscher  
[r.cantervisscher@mondriaan.eu](mailto:r.cantervisscher@mondriaan.eu) 088 506 72 00  
[j.van.erp@mondriaan.eu](mailto:j.van.erp@mondriaan.eu) Joyce van Erp  
088 506 72 00

**Regio Westelijke Mijnstreek** Judith van de Nobelen  
[j.van.de.nobelen@mondriaan.eu](mailto:j.van.de.nobelen@mondriaan.eu) 088 506 72 00



Het KOPP/ KVO preventieprogramma  
wordt gezamenlijk uitgevoerd door  
Mondriaan, Virenze-Riagg Maastricht en  
Zuyderland.



Postbus 4436  
6401 CX Heerlen  
T 088 506 62 62

[www.mondriaan.eu](http://www.mondriaan.eu)

© Mondriaan januari 2016

*Er is gebruik gemaakt van de foto's uit de  
KIPIZIVERO-reeks van het Trimbos-Instituut*