

## Praktische info

### Waar en wanneer?

De kindergroep start in september en gaat 8 keer door op woensdagnamiddag, telkens van 15u30 tot 17u.

### Je mama en/of papa?

Je mama en/of papa komen ook, maar in een andere groep. Samen met andere ouders komen ze nadenken over hoe het is om mama of papa te zijn als je het zelf lastig hebt.

### Lijkt dit je wel wat?

Ben je tussen 8 en 12 jaar oud en zit je met heel veel vragen? Snap je er maar weinig van wat er met je papa en/of mama is? Dat is heel normaal. Zeg het tegen je mama, papa, of iemand anders die je vertrouwt.



## Hoe kan je ons bereiken?

### Contact

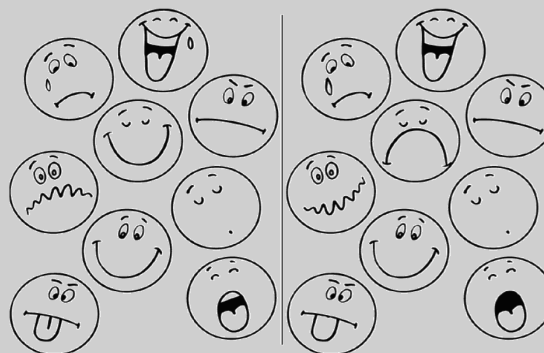
CGG VAGGA  
Belgiëlei 147  
2018 Antwerpen

03/256 91 20  
[www.vagga.be](http://www.vagga.be)

### Contactpersonen

Joke Dillen  
Heidi Osselaer  
Charlotte Geens  
An Molenbergs

[KOPP@vagga.be](mailto:KOPP@vagga.be)



Zoek de 6 verschillen

[www.kleurplaten.nl](http://www.kleurplaten.nl)

## KOPP-groep

Als je mama of papa  
psychische problemen  
heeft, hoe is dat dan voor  
jou?

Folder voor kinderen (8-12 jaar)

# KOPP-groep

## Psychisch wat?

Psychische problemen zijn problemen met je gevoelens, gedachten of gedrag.

**KOPP** staat voor **K**inderen van **O**uders met **P**sychische **P**roblemen. Met deze kinderen is niets mis, net als jij zijn het heel gewone kinderen. Allen hebben ze een mama of papa met psychische problemen.

## Je bent niet alleen!

Er zijn heel wat kinderen van wie een papa en/of mama psychische problemen heeft. Alleen wordt hier niet vaak over gesproken. Kinderen en volwassenen weten vaak niet hoe je dit kan doen.

Toch zitten deze kinderen vaak met gelijkaardige vragen, twijfels en gevoelens.

## Hoe gaat het met jou?

In jullie gezin doet iedereen hard zijn best. Je wil niets liever dan dat het goed gaat met je mama en/of papa. Misschien zit je met zorgen en vragen in je hoofd? Soms weet je niet goed wat je kan doen of met wie je kan praten. Sommige kinderen worden heel goed in zorgen en regelen. Dat is heel knap, maar kan ook een hele klus zijn.



## Waar kan je terecht?

Als je ergens mee zit, helpt het om hierover te praten. Misschien denk je meteen aan een volwassene die je kent en vertrouwt. Misschien wil je ook eens afspreken met kinderen die gelijkaardige dingen meemaken als jij. Dat is nu net wat we doen in onze KOPP-groep.

In onze groep leren we elkaar kennen, denken we na over hoe je steun kan zoeken en hoe je om kan gaan met je zorgen. We nodigen je uit om ervaringen, gevoelens, gedachten te delen met andere kinderen. Dit kan helpen om je beter en minder alleen te voelen. Natuurlijk gaan we niet alleen praten, maar ook bijvoorbeeld spelen en knutselen.

Bezoek zeker ook onze website!  
[www.vagga.be](http://www.vagga.be)