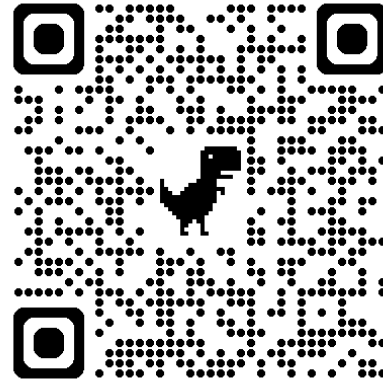


Via onderstaande QR code vind je meer uitleg over de groep en de praktische informatie.



## KOPP-groep

Opvoeden met een psychische kwetsbaarheid.  
Een uitdaging?!

Folder voor ouders  
Met kinderen van 8 - 12 jaar



# KOPP-groep

## Wat betekent KOPP?

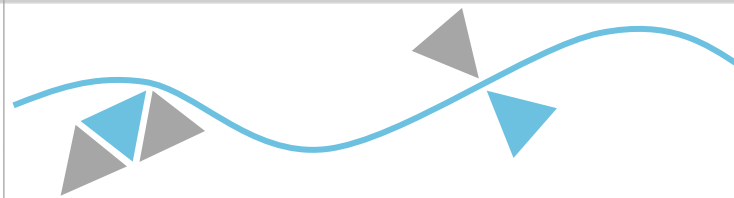
KOPP staat voor **Kinderen van Ouders met Psychische Problemen**. Dat betekent niet dat het kind een probleem heeft, maar wel dat jullie voor een **extra uitdaging** staan.

## Ben jij de enige?

Er zijn **heel wat gezinnen** waar één van de ouders worstelt met psychische problemen. Vaak hebben zij te kampen met gevoelens van schuld en schaamte, voelen ze zich anders of ervaren ze te falen als ouders. De blik van de buitenwereld geeft **extra druk**.

## Je kinderen zijn ook welkom!

Je kinderen komen ook (als ze **tussen 8 & 12 jaar** zijn), maar in een andere groep. Ze kunnen hun **gevoelens en gedachten uiten** en delen en gehoor vinden bij lotgenoten. Dit kan hen helpen om steviger in de wereld te staan.



## Hoe gaat het met jou?

Jij wil **het beste voor je kinderen** en misschien maak je je zorgen over hen. Dit vraagt echter bijzonder veel energie. Het is dus erg belangrijk om ook goed voor **je eigen gezondheid** te zorgen. Maar misschien heb je dan weer het gevoel je gezin in de steek te laten.

## Waar kan je terecht?

In onze kindergroep kunnen de kinderen **op hun eigen tempo** ervaringen delen met andere kinderen die ook opgroeien met een ouder met een psychische kwetsbaarheid.

Parallel aan de kindergroep organiseren we een oudergroep. Jij (en je partner) zijn van harte welkom om ook jullie ervaringen met andere ouders te delen. We bieden **een veilige plek** waar we met de nodige **mildheid** stilstaan bij jullie ouderschap en waar jullie elkaar kunnen inspireren.

Zowel in de kindergroep als in de oudergroep besteden we aandacht aan hoe we de **veerkracht** van jullie kinderen kunnen stimuleren.

## Waar en wanneer?

Beide groepen gaan tegelijk door op woensdagnamiddag. Er zijn in totaal 8 sessies. De locatie en de start van het groepsaanbod kan je terugvinden aan de hand van de QR code.

## Lijkt je dit wel wat?

Neem een kijkje op onze website, spreek je hulpverlener hierover aan of bel naar ons secretariaat (03 256 91 00).

## Praktisch

Als deze groep je interesseert, kan je contact met ons opnemen op het nummer 03 256 91 00. Je betaalt voor de 8 sessies 88 € (of 32 € bij verhoogde tegemoetkoming).

