

# DOE PRAAT

Een preventieve en kosteloze groepstraining voor kinderen van 8 tot 12 jaar met een familielid die niet lekker in zijn of haar vel zit of heeft gezeten.



Doe Praat is een groepstraining voor kinderen met een ouder (of ander familielid) die niet lekker in zijn of haar vel zit of heeft gezeten, bijvoorbeeld door psychische problemen of verslavingsproblemen. De groep heet natuurlijk niet voor niets de Doe Praat groep: we gaan heel veel leuke dingen doen, maar ook een beetje praten. Weet jij namelijk al wat je kunt doen als je boos, bang of bedroefd bent?

Door middel van spelletjes, films en leuke opdrachten, leren kinderen de situatie thuis beter te begrijpen. Thema's zoals de vier basisgevoelens, ontspannen, rode en groene gedachten en je steunteam komen allemaal aan bod. Ook komt er een Doe-praat dokter langs waar de kinderen al hun vragen aan kunnen stellen. Tijdens de groep kunnen kinderen in een veilige sfeer met elkaar praten over hun gevoelens en ervaringen. Ook wordt er op een fijne en laagdrempelige manier meer uitleg gegeven over de situatie thuis. Kinderen leren op deze manier dat zij niet de enige zijn die thuis iets meemaken en dat het niet hun schuld is. Bekijk via de QR-code ook ons filmpje met meer informatie:



## Praktische informatie

Er zijn 9 wekelijkse bijeenkomsten (met uitzondering van schoolvakanties) van 1,5 uur voor de kinderen en er doen maximaal 10-12 kinderen aan een groep mee.

Deelname is gratis, er wordt geen dossier opgebouwd en er is geen verwijsbrief nodig. Een aanmelding kan door een verwijzer of door ouders zelf gedaan worden. Na aanmelding zal contact met je worden opgenomen om meer informatie te geven en bij interesse een afspraak te maken voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek. Jij en je kind beslissen samen tot deelname aan de groep. Het is natuurlijk ook altijd mogelijk om een bijeenkomst te proberen.

De groep start twee keer per jaar en jongeren uit heel Gooi & Vechtstreek zijn welkom!

De eerstvolgende groep start op dinsdag 31 oktober 2023 en zal op de dinsdagen van 16.00 tot 17.30 zijn. De locatie volgt. Komt de dag, tijd of locatie niet uit? Neem dan alsnog contact met ons op en dan denken wij met je mee.

Bij interesse, vragen of voor overleg kun je altijd contact met ons opnemen:  
koppkov@arkinjeugd.nl | Mariëlle Benic 06 41 78 35 19 & Jochen Starreveld 06 15 02 74 92  
ook per WhatsApp bereikbaar