

Overzicht preventief aanbod spanning en zorgen thuis - groepsprogramma najaar 2024

Soms gebeuren er dingen in een gezin die veel spanning en zorgen geven. Bijvoorbeeld door een (psychisch) zieke of verslaafde ouder, broer of zus, ruzies of geweld, echtscheiding en armoede. Langdurige spanning en zorgen heeft grote invloed op alle gezinsleden. Om de gebeurtenissen thuis beter te begrijpen en er mee om te leren gaan zijn er verschillende groepen voor alle leeftijden van 2 t/m 16 jaar en is er het project ervaringsmaatjes. Ouders worden betrokken via kennismakings- en eindgesprekken en ouderbijeenkomsten. Het is een laagdrempelig aanbod waar, naast steun, ook aandacht is voor kwaliteiten, signalering en het sociale netwerk. Het preventie aanbod wordt uitgevoerd door Indebuurt033, in samenwerking met Stichting ABC, Jellinek preventie, SOVEE, Sociale gasten en Lariks.



4 t/m 8 jaar

Piep zei de muis kindergroep (Amersfoort)

Bij de Piep zei de muis groep leren kinderen in 14 bijeenkomsten op speelse wijze om eigen emoties te voelen en ermee om te gaan. Kinderen leren dat de schuld niet bij hen ligt. Er wordt gewerkt aan een positief zelfbeeld. Ze leren weer zeggen wat ze vinden en leren vaardigheden waardoor ze beter met verschillende situaties om kunnen gaan.

Start op dinsdag 8 oktober 2024 in Amersfoort Noord en donderdag 10 oktober 2024 in Amersfoort Zuid

Bij kameleon thuis i.s.m. Lariks (Leusden)

De groep "Bij kameleon thuis" is er voor kinderen van 4-8 jaar of van 8-12 jaar uit Leusden die spanning of zorgen thuis meemaken. In 9 bijeenkomsten van 1,5 uur ervaren ze niet de enige zijn waar het thuis soms anders gaat dan bij andere kinderen thuis. Ze leren op een speelse manier hun eigen gevoelens te herkennen en uiten. Naast kleine gesprekjes met Kamil de kameleon, is er ook veel ruimte voor knutselen, toneel en het voorlezen van verhalen.

Start op maandag 30 september 2024 in Fort33 In Leusden

8 t/m 12 jaar

Billy Boem kindergroep

De Billy Boem groep is er voor kinderen van 8-12 jaar die spanning of zorgen thuis hebben. In 10 bijeenkomsten van 1,5 uur leren ze dat het niet door hen komt wat er om hen heen gebeurt. In de groep merken kinderen dat ze niet de enige zijn waar het thuis misschien anders gaat dan bij andere kinderen thuis. Ze leren hun eigen gevoelens te herkennen en ermee om te gaan. Naast het praten met elkaar worden er ook vragen van kinderen beantwoord, vaardigheden geoefend en tips gegeven en wordt er elke week tijd besteed aan ontspanning en weer even kind kunnen zijn.

Start op donderdag 7 november 2024 op een centrale plek in Amersfoort

KletsKOPPen groep (KOPP/KOV) (i.s.m. Jellinek)

Voor kinderen waarvan een ouder psychische problemen of een verslaving heeft waardoor het thuis anders gaat dan bij andere kinderen. De groep met 8 bijeenkomsten is voor kinderen uit gezinnen

waar dit bespreekbaar is en ouders inzicht hebben in hun problematiek. Kinderen krijgen informatie, delen ervaringen en doen activiteiten ter ontspanning.

Start bij voldoende aanmeldingen op maandag 7 oktober 2024 op een centrale locatie in Amersfoort

12 t/m 16 jaar

Pubertraining Kopzorgen thuis (i.s.m. Jellinek)

De groep is voor jongeren die thuis te maken hebben met spanningen en stress. Er wordt informatie gegeven en ervaringen gedeeld. Thema's die aan de orde komen zijn; het gezinsfunctioneren en de reacties daarop van alle gezinsleden en de omgeving. Emoties die daarbij spelen, ruzies en conflicten. Vragen als erfelijkheid, je toekomst en goed voor jezelf zorgen. En ook is er aandacht voor ontspannende activiteiten.

Start bij voldoende aanmeldingen op dinsdag 26 november 2024 bij Jellinek Preventie aan de Utrechtseweg in Amersfoort

6 t/m18 jaar

Project BeBuddies (i.s.m. SOVEE en Sociale gasten)

Er wordt een jongvolwassene die zelf opgegroeid is in een situatie met spanning of zorgen voor 6-9 maanden gekoppeld als maatje aan een kind of jongere die nu zelf in een spanningsvolle thuissituatie zit. Het maatje is er speciaal voor het kind of de jongere, om leuke dingen te doen, maar ook om samen te praten over thuis, ervaringen te delen en adviezen uit te wisselen.

Er kan elk moment gestart worden, afhankelijk van de beschikbaarheid van maatjes. De meeste maatjes zijn beschikbaar in september, november en februari.

Andere groepstrainingen in de stad

ABC heeft subsidie van Indebuurt033 om dichtbij huis trainingen te organiseren. Iedere ABC kijkt zelf welk aanbod het best aansluit bij de behoefte in de wijk. Zo kiest Vathorst voor Trouwe Tijgers, Kattenbroek voor Kameleon en Kruiskamp voor Sta Sterk.

Bijna iedere ABC biedt zowel in het voorjaar als in het najaar een training aan. Meer informatie over welke trainingen er waar gegeven worden, is te vinden op www.abc-amersfoort.nl

Daarnaast zijn er ook vele particuliere aanbieders, we kunnen altijd met U meedenken welk aanbod passend is.

Voor informatie en/of aanmeldingen kunt u contact opnemen met het **Aandachtsteam spanning thuis**. Dit team is bereikbaar op maandag t/m donderdag tijdens kantooruren per mail (Spanningthuis@indebuurt033.nl) of per telefoon (033-2048677). Er volgt zo snel als mogelijk een reactie. Aanmelden voor een preventiegroep kan tot uiterlijk een maand voor de start van de betreffende groep zodat de betrokken medewerkers voor de start kunnen kennismaken met kind/jongere en ouders.

Naast het aanmelden van kinderen voor de groepen, kan het team ook met u meedenken, adviseren, consultatie bieden en voorlichting geven.