



PRIVACY Bij deelname aan een cursus worden je naam, adres, woonplaats, telefoonnummer, email-adres en in sommige gevallen jouw BSN-nummer genoteerd. Wij gaan zorgvuldig met je gegevens om. Dit doen wij volgens het privacy-reglement van Arkin, dat je bij ons kunt opvragen.

UW MENING Omdat wij na afloop van de cursus willen weten of de cursus aan jouw verwachtingen heeft voldaan, vragen wij je een vragenlijst in te vullen. Deze is anoniem en wordt alleen gebruikt voor onderzoek en het verbeteren van de cursus. Wanneer je niet tevreden bent, kun je dat aangeven bij de cursusleider. Kom je er samen niet uit, dan kun je gebruik maken van onze klachten-regeling, die je bij ons kunt opvragen.

Contact en aanmelding

PuntP Preventie
(020) 590 1330
cursus@puntp.nl

www.puntp.nl/preventie

PuntP Preventie is onderdeel van Arkin en werkt samen met Jellinek Preventie

Time4U is er voor jou!

*Als je vader of moeder psychische
problemen of problemen met
verslaving heeft*

GROEP VOOR JONGEREN VAN 12- 16 JAAR

GROEP:
JEUGD 12- 16 JAAR

2012

Onderdeel van Arkin

PP/BS.24_05 01.12

Cursussen van PuntP Preventie

Iedereen kan deelnemen aan cursussen van PuntP Preventie. Zo'n cursus is geen therapie, maar bedoeld om uw eigen kracht te versterken. U neemt deel op eigen initiatief en aan de cursus van uw keuze. Een verwijzing van uw huisarts is niet nodig. Voor meer informatie kunt u ons bellen of een afspraak maken voor een persoonlijk adviesgesprek.

Als je vader of moeder psychische problemen of problemen met verslaving heeft, is dat ook moeilijk voor jou. Misschien schaam je je, snap je er niet veel van of is er geen ruimte voor jouw emoties. Niemand begrijpt dat beter dan een leeftijdgenoot die hetzelfde meemaakt. Voor jullie is er daarom Time4U.

Wat is Time4U? Bij Time4U vertelt iedereen over zijn ervaringen thuis - en vaak lucht dat op! Je zult zien dat veel anderen uit herkenbare situaties komen en dat je dus niet de enige bent. We oefenen hoe je kunt omgaan met vervelende situaties en hoe je grenzen kunt stellen. We nodigen ook een psychiater uit en iemand die veel verstand heeft van verslaving. Aan hun kun je al je vragen stellen. Bijvoorbeeld:

- Hoe komt het dat mijn vader of moeder die ziekte heeft?
- Is het erfelijk?
- Gaat het ooit nog over?
- Wat kan ik doen om te helpen?
- Is het beter als ik altijd thuis blijf of kan ik best een keer weg?

Samantha: 'Het leek me niks, maar na de eerste keer vond ik het leuk. Met een paar jongeren MSN ik nog vaak.'

Ahmed: 'Ik dacht dat niemand mij begreep, maar er zijn meer jongeren die hetzelfde meemaken.'

Hoe werkt het?

HOE VAAK: 8 keer. Elke keer duurt 1,5 uur.

VOOR JE OUDER(S): Na de laatste keer krijgen je ouder(s) en jij een eindgesprek.

WANNEER:

- Vanaf 8 maart 2012 op donderdag van 16.30-18.00 uur.

- Vanaf 3 oktober 2012 op woensdag van 16.30-18.00 uur.

WAAR: De Waterheuvel, Sarphatistraat 41, Amsterdam (Centrum).

Groep: 7-10 jongeren van ongeveer jouw leeftijd.

KOSTEN: De groep is gratis.

Is het iets voor mij? Misschien twijfel je nog of heb je vragen? Bel of mail ons dan gerust, of laat iemand anders dat voor je doen. Kijk op de achterkant van deze folder voor ons telefoonnummer en e-mailadres.

Ik doe mee! Je kunt je opgeven via telefoon, e-mail of het aanmeldformulier op de website van PuntP. Kijk op de achterkant van deze folder voor onze gegevens. Jij en je ouder(s) worden dan uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek met de begeleiders. Samen bespreken jullie of Time4U iets voor je is.