



## KOPP/KOV groep 16-25 jaar

**Voor jongeren van wie een ouder psychische- of verslavingsproblemen heeft.**

Wanneer je vader en/of moeder psychische en/of verslavingsproblemen heeft (gehad), kan dat ingrijpende gevolgen voor jou zelf hebben. Het betekent dat je waarschijnlijk gewend bent om altijd rekening te houden met je ouders. Dat je leven erop is ingericht om elk moment voor ze klaar te staan, als dat nodig is. Maar, hoe organiseer je het als je zelf iets wilt ondernemen? Heb jij tijd voor je vrienden? Tijd voor je studie: leef je je eigen leven, of dat van je ouders? En, wat wil jij?

### Waarom meedoen?

Je bent niet de enige die hier mee zit! Er zijn mensen die jou begrijpen en die zelfs aan een half woord genoeg hebben. In de groep leer je over psychische problematiek en hoe jij er mee om kunt gaan en ook goed voor jezelf zorgt.

### Wat kun je verwachten?

- praten en ervaringen uitwisselen met jongeren van jouw leeftijd in een vergelijkbare situatie
- vragen stellen aan professionals die uitleg kunnen geven over de problematiek
- samen met de begeleiding zoeken naar een andere manier van omgaan met (één van) je ouders.

### Praktische informatie:

Wanneer: Dinsdag 8, 15, 22 oktober, 5, 12, 19, 26 november en 3 december 2024  
Hoe laat: 16:00 tot 17:30 uur  
Waar: Deltion College, Mozartlaan 15, Zwolle  
Kosten: Gratis voor jongeren uit de gemeente Zwolle en Olst-Wijhe

Impluz organiseert 'Nu Jij!' i.s.m. Tactus  
Voor meer informatie bel/mail secretariaat  
Tel: 088-4780128 info@impluz.nl, of scan de QR code



**Meld je nu aan via: [www.impluz.nl/training/kopp-nu-jij-16-25-jr](http://www.impluz.nl/training/kopp-nu-jij-16-25-jr)**