

## Sådan kan børn og forældre få hjælp

### Det virker:

- At forældre, pædagoger og lærere taler sammen om, hvordan de bedst kan hjælpe Børnene.
- At pædagoger og lærer giver børnene daglig støtte i daginstitutionen og skolen
- At forældre får hjælp til at ændre forbruget af alkohol
- At forældre og børn får hjælp til at tale om alkoholproblemet, og hvordan de fungerer sammen i familien.

*Det er vigtigt for både børn og forældre, at et for stort forbrug af alkohol er noget, man taler om og arbejder på at ændre.*

### Kontakt:

#### Åndehullet:

Anja Kristensen  
51645308

Mette Jørgensen  
20343123

#### Misbrugsbehandlingen:

Sundhedscenter Vest  
Kirkegade 3  
6880 Tarm

Tlf. 99 74 17 01



## Når forældre drikker for meget

Der er hjælp at få til alle i familien

- fordi det både berører børnene og de voksne

## Alle forældre vil det bedste for deres børn

Når forældre drikker for meget, er det svært for dem at give børnene det, de har brug for. Alkoholen kommer imellem børnene og forældrene.

*Mange børn lever med en far eller mor, der drikker for meget. Men der er hjælp at få til alle i familien*

### Hvem er du?

- Du er i alderen 8 til 16 år.
- Du har en mor eller far, der drikker for meget, tager stoffer eller har gjort det.
- Du er måske trist, har hovedpine, mavepine, søvnproblemer, maredidt, har svært ved at koncentrere dig og kommer måske let i konflikt med andre.

## Hvorfor kan gruppen være noget for dig?

Fordi vi ved at børn og unge, som har en mor eller far med misbrug, kan have stor gavn og føle glæde ved:

- At møde andre børn og unge med en mor eller far, der har eller har haft et misbrug.
- At tale om det, der er rigtig svært for dig
- At have et sted, hvor du kan være fortrolig og stole på de andre i gruppen
- At have et sted, hvor du kan være sammen med andre, som er i samme situation som dig
- At føle, at du ikke er alene om at have en mor eller far, der har et misbrug.

## Hvad laver vi i gruppen?

Vi begynder altid mødet med at få en eftermiddagssnack i form af brød, frugt og saftvand.

Derefter vil vi snakke om det, der er svært ved at have en forælder med misbrug. Det kan være oplevelser, som du har haft for længe siden, og det kan være bekymringer, som du måske har.

## Hvornår mødes vi?

Vi mødes én onsdag i måneden fra 16.00 til 18.00.

Opsund Ungdomsskole,  
Ladegårdsvej 5,  
6920 Videbæk

***Datoerne for hvornår vi mødes, kan du finde på kommunens hjemmeside.***

## Hvordan kommer du med i gruppen?

Du eller din mor/far kontakter en af os via telefon/sms, og så tager vi en samtale med dig og din far/mor. Hvis du har svært ved at tale med dine forældre om det, kan du måske få hjælp af en lærer eller en anden voksen.

Vi vil høre lidt om dig og din familie, og så vil vi fortælle meget mere om gruppen.

Det er gratis for børn og unge bosiddende i Ringkøbing-Skjern Kommune at deltage i gruppen.

## Hvem er vi?

Vi er 2 gruppeledere, der er uddannet inden for det pædagogiske område. Vi arbejder dagligt med børn, unge og familier.