

SAMEN OP WEG



ZHG NOAH

Het reguliere groepsaanbod door CAD

1. Start : informatiesessie.
2. Vier sessies : thematische verdieping
3. Terugkomgroep



een ZelfHulpGroep oprichten

In de loop van 2015 werd door het Cad (Herbert) het idee geopperd om als ZHG zelfhulpgroep verder te gaan.

Bijzondere aandacht ging naar;

- zelfzorg
- eigen pedagogische kracht
- probleemoplossend vermogen van ouders.

De eerste aanzet

- 2015 :
 - Beslissing om verder te gaan als ZHG
Vzw Trefpunt Zelfhulp begeleidt het proces
 - kern van +/- 9 ouders
 - eerste denkwerk

DOEL van onze bijeenkomsten

- Een plaats bieden waar je begrepen wordt en waar je openlijk kan praten over je gevoelens en de verslaving van je kind.
- In de groep willen we ook terug mens zijn en niet altijd “ouder van ..”
- Vertrouwen opbouwen waardoor ook andere problemen en zorgen spontaan naar boven komen.
- Als ouder ben je altijd klaar om hulp te bieden; je moet geen afspraak maken.

De voorbereiding

- Eind 2015 : concrete planning op punt.
 - *Instroom*
 - *Methodieken*
 - *Structuur en aanpak (o.a.ZHG en Kern)*
 - *Praktische organisatie*
 - *Intervisiemomenten met CAD-hulpverlening*



Maandelijksse bijeenkomsten

- Maandag (19.00u tot 21.00u) – lokalen CAD
- Vast patroon :
 - “ça va?” rondje
 - pauze
 - formeel gedeelte
- Centraal :
 - Contact met lotgenoten
 - Ervaringen uitwisselen
- Maar ook :
 - Gastsprekers
 - Teamactiviteiten
 - Informatie over diverse thema's
 - ...

DE START

29 Februari 2016 : start ZHG 'Noah'



Eerste bijeenkomst (feb 2016)

Vragenronde voorbereid door de kern rond :

- Hoe ben je in contact gekomen met hulpverlening?
- Financiële zorgen?
- Werk en onmacht?
- Lichamelijke en psychische toestand?
- Energie → *“Hoe als ouders terug grip krijgen op je eigen leven?”*

MEE MET DE TIJD dd 01/01/2019

- Ontwerp Statuten:
 - Voorzitter: Johan
 - Secretaris: Viviane
 - Uitstappen en teamactiviteiten :Marleen
 - Communicatie (ICT): Gilbert
 - Bestuurslid: Marc
- Gesloten Facebookgroepen: Kern Noah, ZHG Noah
- Website – e-mailadres – gsm-nummer
- Een eigen folder

GESPREKSRONDE 50'

Korte kennisname met mekaar

&

Gelegenheid om vragen te stellen

Meer ouders bereiken; waarom?

Te weinig instroom of doorstroming houdt risico in;

- een te hechte vriendengroep worden
- ons doel van andere ouders helpen wordt niet meer waargemaakt.

De oplossing? → nieuwe contacten zoeken:

- Nieuwe lotgenoten,
- Andere oudergroepen
- ander zelfhulpgroepen,
- Verschillende vormen van professionele hulpverlening

AFSLUITING sessie 4 Noah

- DANK JE WEL voor je aanwezigheid
- Ons doel van vandaag:
 - Onze werking toelichten
 - In contact komen met andere ouders en oudergroepen
Vandaag en morgen?
Je kan altijd met ons contact opnemen; zie onze folder.

Onze folder!

Onze motivatie?

Onze visie?



Deze groep is in 2016 opgericht als vervolg op de ouderhulpverlening van het CAD.

Ouders treden op als ervaringsdeskundigen om elkaar te ondersteunen en te helpen. Lief en leed wordt gedeeld.

Af en toe gaan we samen op uitstap om even de zorgen wat los te kunnen laten.

Een kern van geëngageerde ouders plant en verzorgt maandelijkse bijeenkomsten. Zij overleggen regelmatig met de groepsbegeleiders van het CAD en nodigen gastsprekers uit.

Onderstaande info over onze groep kan je ook terugvinden op de website van het CAD.

GSM nummer → 0473 263642 (u komt terecht bij één van onze kernleden)

Per email → info@zelfhulpgroep-noah.be

11, hoe zwaar de storm ook
woedt, er wacht altijd een
regenboog

Trefpunt Zelfhulp vzw

