**Pårørendegruppe for**

**barn 8–12 år**

Gruppetilbud for barn mellom 8-12 år som er pårørende til foreldre eller søsken

# Unge flerdelte venner

**Arrangeres av familiesenteret og helsestasjonen**

# Store og små hender som holder rødt hjerte

# **Barn som pårørende**

Barn og foreldre har ofte mange spørsmål når noen i familien har helsemessige utfordringer. Det kan være vanskelig for foreldre å finne ordene og forklare barna hva utfordringene innebærer. For barna kan det være like vanskelig å snakke med foreldrene om egne tanker og opplevelser. Mange barn kan vegre seg for å snakke med andre, fordi de ikke ønsker å utlevere familien sin.

Derfor ønsker vi å tilby et trygt fellesskap hvor barn får kunnskap om psykiske vansker, rusproblemer og fysisk sykdom/skade på en måte som gjør det lettere å forstå og håndtere. Tilbudet gir familien hjelp til å snakke sammen, og barna får mulighet til å dele erfaringer med jevnaldrende i lignende situasjon.

## **Våre mål for familiene**

* Økt bevissthet og forståelse for barnets behov
* Felles informasjon og ny kunnskap
* At dere blir kjent med Familiesenteret og helsesykepleier, og hva vi kan bidra med

Når en i familien har det vanskelig, påvirker det ofte hele familien. Gjennom gruppetilbudet ønsker vi å støtte hele familien i denne prosessen.

## **Våre mål for barna**

* Mer bevisst egne behov, talenter og ressurser
* Treffer andre i samme situasjon og får nyttig informasjon
* Blir bevisst egne tanker, følelser og handlinger
* Bedre i stand til å mestre utfrodringer
* Har det gøy sammen med andre barn og gruppeledere

## **Praktisk informasjon**

* Det er 9 gruppesamlinger, hver på 1,5 time
* Vi spiser lett mat, leker sammen og lærer nyttige ting
* Gruppene gjennomføres både vår og høst – nærmere informasjon om tidspunkt blir gitt før oppstart
* Gruppelederne har samtale med foreldre og barn før oppstart og ved avslutning
* Tilbudet er gratis
* Mer informasjon finner du på Gjesdal kommune sine nettsider

Ta kontakt med Familiesenteret i Gjesdal kommune for mer informasjon eller påmelding.

**Telefonnummer 90410651**