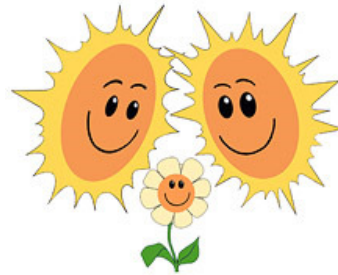


- I Masken er der ingen registrering af barn eller familie
- I Masken er der tavshedspligt

Familiehuset Hegely



**Familiekonsulent**

Pia Bro Marinussen  
 Ring eller SMS på mobil  
 nr. 20 15 25 33  
 Eller send en mail til  
 Pia.Bro.Marinussen@99454545.dk



Sundhedsplejen

**Sundhedsplejerske**

Heidi Malchau  
 Ring eller SMS på mobil  
 nr. 60 91 54 77  
 Eller send en mail til  
 Heidi.Malchow@99454545.dk

Har din mor eller far en psykisk sygdom?

Eller har de et alkohol-/stofmisbrug?



Masken

Samtalegruppe for børn og unge af forældre som har en psykisk sygdom eller et alkohol-/stofmisbrug

## Du er ikke alene

- Mange børn og unge med forældre der har en psykisk sygdom eller et misbrug, tænker meget
- Mange børn tænker på, om det er deres skyld
- Det kan være svært at være barn, hvis mor eller far er vrede, triste eller bange.
- Nogle børn er kede af det uden at vide hvorfor
- Det kan være svært som barn at finde nogle at snakke med
- Mange børn snakker ikke med forældre om egne problemer
- Det er godt at være med i en gruppe af børn, som har det på samme måde som én selv

## Masken

- Masken er en samtalegruppe for børn og unge, som har forældre med psykisk sygdom eller misbrug
- I Masken mødes jævnaldrende børn og unge med 2 voksne en gang hver anden uge i 2 timer
- I Masken mødes børn og unge, som har oplevet noget af det samme
- I Masken taler vi om alle de spørgsmål, tanker, bekymringer og følelser som børn og unge kan have
- Masken er også en hyggelig og sjov gruppe, hvor der er tid og plads til grin
- I Masken mødes vi til en samtale i hjemmet inden barnet eller den unge begynder i gruppen
- Midtvejs og som afslutning på forløbet, inviteres forældre med til en mødegang. Efter forløbet mødes vi til en samtale med barnet og familien, hvor vi evaluerer forløbet

## Børns signaler

Børn udviser ofte signaler, når de er påvirkede af deres forældres alkohol- eller psykiske problemer.

Der er grund til at være bekymret, hvis et barn reagerer med et eller flere af nedenstående signaler:

- Ikke lyst til at invitere kammerater med hjem
- Ikke taler med andre om følelser
- Isolerer sig
- Virker angst og trist
- Er ensom
- Har lavt selvværd
- Påtager sig en forælderrolle
- Tilpasser sig andres behov
- Får ofte ondt i hovedet eller maven
- Får koncentrationsbesvær
- Får vanskeligheder
- Gør skade på sig selv