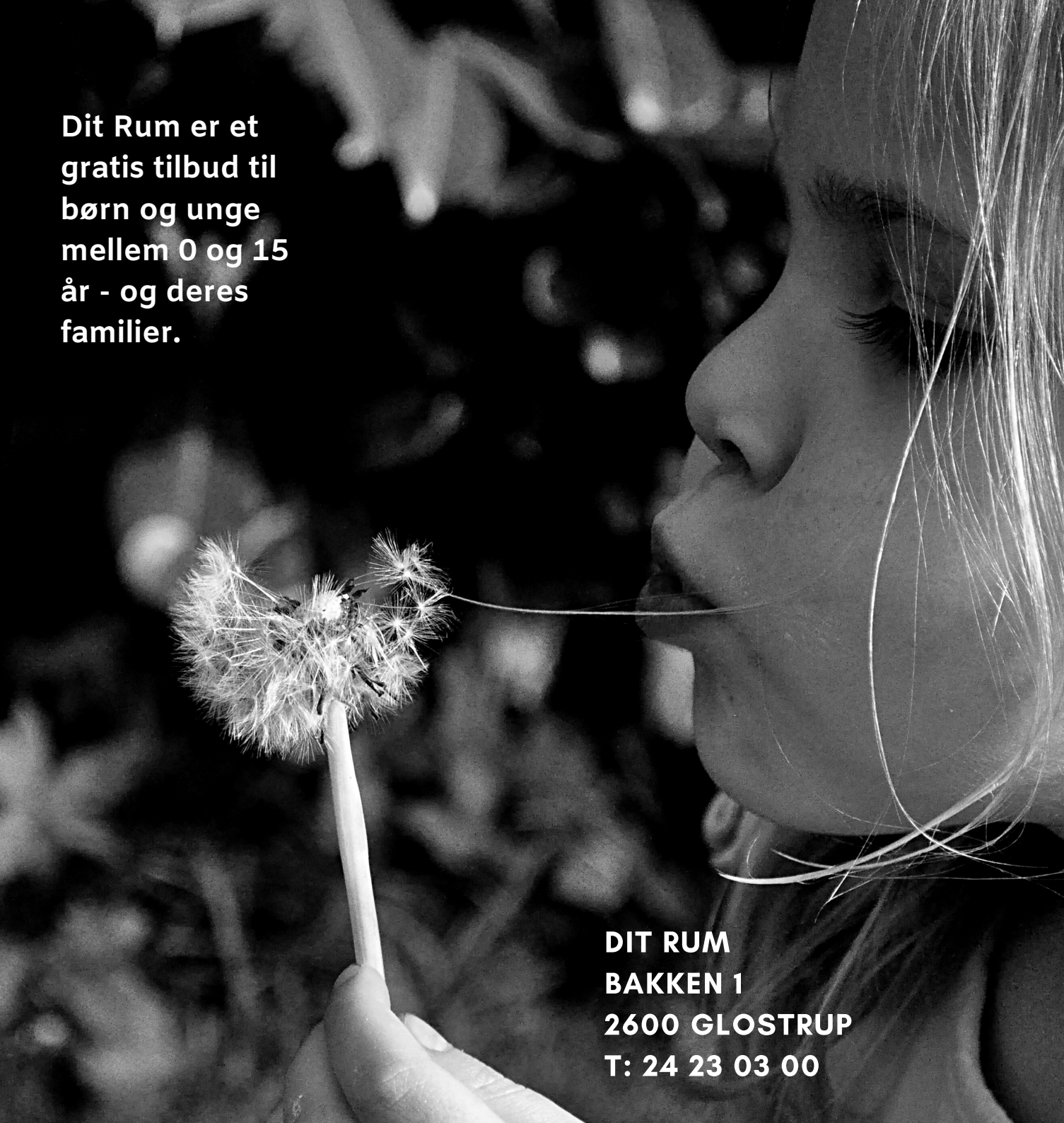




**Dit Rum er et  
gratis tilbud til  
børn og unge  
mellem 0 og 15  
år - og deres  
familier.**

**DIT RUM  
BAKKEN 1  
2600 GLOSTRUP  
T: 24 23 03 00**

[ditrum.nu](http://ditrum.nu)

**Miniforløb  
2-9 år**

**DIT RUM**

## HVAD?

Miniforløb i Dit Rum er for 2-9-årige, der vokser op med for meget alkohol, medicin eller rusmidler i den nærmeste familie.

Det vil sige, at mor, far, søskende eller nære bedsteforældre har eller har haft et misbrug, herunder også sted- og bonus-.

I Dit Rum fokuserer vi ikke på selve forbruget/misbruget - om det er stort eller lille, og vi dømmer ingen! Vi er i stedet optaget af, hvad barnet oplever, for vi ved, at børn fornemmer mere, end man tror.

### **Et miniforløb**

Et miniforløb består af samtaler, hvor vi - nænsomt og alt efter alder - taler om det, der sker i familien. Samtalerne er bygget op omkring leg, og vi lader barnet sætte tempoet.

Vi har både sandkasse, legetøj, en have med gynger og bålhytte, for det skal være rart og sjovt at komme i Dit Rum.



# SNAK & LEG

# I TRYGGE RAMMER

Det er psykologer med speciale i børn, der står for Dit Rums Miniforløb.

## HVORFOR?

I er som forældre en hel central del af forløbet, og vi starter altid ud med en samtale med jer. Vi inddrager også (efter aftale med jer) det øvrige netværk (fx en pædagog, en lærer) omkring barnet, så han eller hun kan få støtte også efter forløbet i Dit Rum.

### **Hvorfor snakke om det?**

Studier viser, at hemmeligheder i familien kan gøre børn utrygge og usikre. Hvis børn ikke får en form for forklaring på det 'underlige' i familien - fx dårlig stemning eller fraværende voksne - risikerer børnene at føle skyld og gå alene rundt med bekymringer. Det kan på sigt skabe problemer med trivslen.

Omvendt kan børnene få overskud til at fokusere på eget liv og egen udvikling, når hemmeligheden i familien brydes. Lad os hjælpe jer!

### **Ring eller sms til Dit Rum:**

**24 23 03 00**

**Læs mere på [www.ditrum.nu](http://www.ditrum.nu)**