

Je hoeft niet te zeggen wie je bent

Waar je terecht kan met je vragen...

De kindertelefoon

Voor alle vragen en problemen kun je de kindertelefoon bellen. Je kunt de kindertelefoon elke dag bellen tussen 14.00 en 20.00 uur. Het gratis telefoonnummer is 0800-0432. Het nummer komt niet op de telefoonrekening te staan. Internetsite: www.kindertelefoon.nl

Het JIP

Bij het Jongeren Informatie Punt (JIP) kun je gewoon naar binnen stappen zonder een afspraak te hoeven maken.

Den Haag
Amsterdamse Veerkade 17a
070-3655930

Delft
Brabantse Turfmarkt 9
015-2120248

Zoetermeer
Stadhuisplein 4
079-3310055

Internetsite: www.jip.org

Bureau Jeugdzorg

Den Haag
070-3119025

Delft
015-2130595

Zoetermeer
079-3208000



Ministerie van Justitie

Uitgave: Maarten van Bokhorst Illustratie : Maarten Kroesen Project: De appel valt niet ver tot moes

Herrie in huis



Info over ruzie tussen je ouders

Wat zie je bij huiselijk geweld...

Dat je ouders ruzie hebben kan wel eens voorkomen. Dit doen ze dan omdat ze het op dat moment even niet met elkaar eens zijn. Vaak gaan ze dan iets harder praten dan dat ze normaal doen.

Als ze gaan schreeuwen en schelden is dit voor jou niet leuk om te zien en te horen. Het is al helemaal niet leuk als er ook nog wordt geslagen. Als dit gebeurt dan is dit iets om met iemand over te praten.

Wist je dat...

Jij niet de enige bent die ziet dat je ouders tegen elkaar slaan.
Het niet jouw schuld is dat je ouders ruzie maken.
Het niet raar is om met iemand over je problemen te praten

Wat kan je bij jezelf merken...

Je maakt je zorgen over de situatie bij je in huis.
Je wordt erg snel boos om iets waar je helemaal niet boos om hoeft te worden.
Je hebt sombere gevoelens.
Je hebt geen plezier meer in de dingen die je eigenlijk heel leuk vindt om te doen.
Je bent liever niet meer thuis, of je zit liever op je kamer.

Wat kan jij er tegen doen...

Kijken
Wil je eerst eens rustig op internet kijken kijk dan op:
www.kindertelefoon.nl

Bellen
Als je één van de telefoonnummers die achter op deze folder staan, belt hoeft je niet te vertellen wie je bent en waar je woont, je kan alles aan hen vertellen.

Praten
Praat met een vriend of vriendin. Ook kun je met iemand van school over thuis praten.

steeds maar weer steeds maar weer,
wanneer stoppen ze nu eens een keer

Wat zeggen jongeren zelf over het zien van huiselijk geweld...

Erik (14 jaar)

Als ze ruzie hebben spring ik er soms tussen en vang ik klappen op. Vaak ga ik naar boven. Op mijn slaapkamer zet ik harde muziek aan en mijn koptelefoon op, om niet te horen dat ze ruzie hebben.

Jeroen (10 jaar)

Ik ben stout geweest en daarom mag papa mama slaan.

Lieke (16 jaar)

Zo lang ik weet duurt het al. Mijn moeder wordt geslagen. Ik zou haar wel willen helpen maar ik weet niet hoe ik dat moet doen en dan voel ik me weer schuldig

