

Kinderen



# Hoe Yulius jou kan helpen



## Voor wie is dit boekje?

**Je hebt dit boekje gekregen omdat je naar Yulius gaat.**

In dit boekje lees je alles over hoe we jou kunnen helpen.

2



## Wat doet Yulius?

**Yulius helpt mensen die het moeilijk hebben.  
Met zichzelf. Met anderen. Met werk of school.  
Met simpelweg gelukkig zijn.**

Jonge mensen of oude mensen. Mensen die iets vervelends hebben meegemaakt of ziek zijn. Yulius kan iedereen helpen.

Soms helpt het al om te praten. Soms krijg je oefeningen. Als je leven er maar wat makkelijker van wordt.

Je komt bij Yulius, omdat je je weer prettig wilt gaan voelen in je eigen leven. Daarom luisteren we altijd goed naar wat je wel en niet wilt in je leven.

# Hoe gedraag je je als je problemen hebt?

**Als je het moeilijk hebt, gedraag je je anders dan anderen. Dat zul je wel herkennen.**

Misschien ben je heel druk. Of juist heel stil. Word je heel snel boos of moet je vaak huilen. Of je kunt niet meedoen met opdrachten op school en spelletjes, omdat je bang bent. Misschien heb je maar weinig vrienden, omdat anderen je niet begrijpen. Dat is allemaal heel erg vervelend.

3



# Wat kan er aan de hand zijn?

## **Van alles! Want ieder kind is anders.**

Daarom gaat Yulius altijd eerst onderzoek doen. Naar hoe het thuis gaat en op school. Hebben je ouders ook problemen? Wat vindt je meester of juf? We praten natuurlijk ook met jou zelf. Na het onderzoek weten we wat er aan de hand is.

Hier staan problemen die vaak voorkomen bij kinderen.

4

## **Je bent heel erg of heel vaak bang**

Iedereen is wel eens bang. Maar als je zo bang bent dat je niet meer mee kunt doen op school of met spelen, kan het iets ernstigs zijn waar Yulius je bij moet helpen.

## **Je wisselt heel snel van bui**

Het ene moment ben je vrolijk, dan weer heel verdrietig. Of je wordt heel erg boos om iets kleins. En dan doe je weer alsof er niets aan de hand is. Daar begrijpen andere mensen natuurlijk niet veel van.



### **Je hebt ADHD**

Als je ADHD hebt, ben je snel afgeleid, onrustig en erg druk. Of je doet dingen zonder er over na te denken. Vaak heb je ook andere problemen. Mensen vinden je opstandig, je kunt maar moeilijk leren of je hebt je lichaam niet helemaal onder controle.

### **Problemen in de familie**

Als jij heel veel moeite hebt met je leven, kan het zijn dat je ouders, broers en zussen het ook moeilijk krijgen. Yulius helpt dan je hele gezin.

### **Je hebt heel erg moeite met 'jezelf zijn'**

Je bent bijvoorbeeld nooit tevreden over wat je doet of hoe je eruit ziet. Je kunt niet goed vertellen hoe je je voelt, maakt moeilijk vrienden of hebt vervelende gedachtes over jezelf die niet waar zijn.

5



# Welke hulp heb je nodig?

**Soms helpt het om over je gevoelens te praten. Soms helpen alleen medicijnen. En soms moet alles tegelijk.**

Hieronder staan alle manieren waarop Yulius jou kan helpen en in welke steden we dat doen.

6



## **Hulp die een hele of een halve dag duurt**

Zoals een cursus of oefeningen doen met andere kinderen en jongeren.

**In: Dordrecht - Barendrecht - Rotterdam**

## **Korte hulp**

Zoals een gesprek of een onderzoek bij Yulius. Of iemand van Yulius komt bij jou thuis kijken hoe het gaat.

**In: Dordrecht - Gorinchem - Barendrecht - Rotterdam**



### **Hulp die langer dan een dag duurt**

Je krijgt dag en nacht hulp in een kliniek van Yulius.

**In: Dordrecht - Barendrecht**



7

### **Logeren in een logeerhuis**

Je logeert een paar nachten of weken ergens, omdat het thuis niet zo lekker loopt.

**In: Rotterdam**

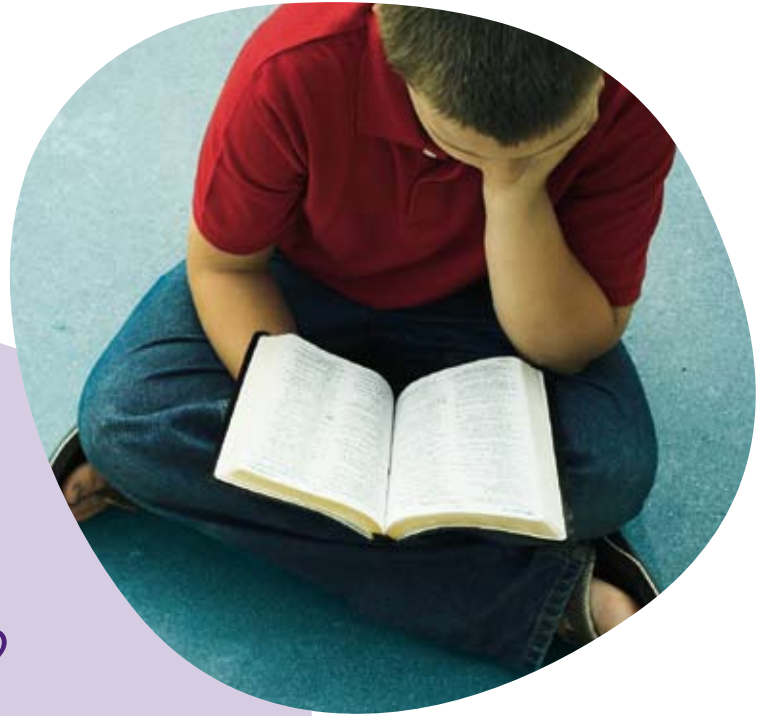
Krijgen je ouders  
ook hulp?  
En je broers en  
zussen?

8

Ja.

Want Yulius kan je beter helpen als je hele familie meehelpt. Dus kijken we ook naar wat je ouders, broers en zussen nodig hebben. Die zijn heel belangrijk!





## Gaat school gewoon door?

**Welke hulp je ook nodig hebt, Yulius zorgt dat je school gewoon door kan gaan.**

Als het nodig is, praten we met je juf of meester over hoe ze jou kunnen helpen. Als je niet op je eigen school kunt blijven, kun je naar een speciale school van Yulius.

9

## Vragen?

Stel ze aan je behandelaar.

Of bel ons via telefoonnummer  
**088 40 50 600.**

En op [www.yulius.nl](http://www.yulius.nl) lees je nog meer over onze hulp.

# Uitleg van moeilijke woorden

Een paar moeilijke woorden uit dit boekje of die je de komende tijd misschien vaak gaat horen, leggen we hier kort uit.

## **Behandelaar:**

iemand van Yulius die je helpt, bijvoorbeeld een dokter of hulpverlener.

10

## **Cursus:**

een aantal lessen, waarin je bijvoorbeeld leert omgaan met je problemen.

## **Onderzoek:**

een gesprek of test om uit te zoeken wat je hebt.

## **Kliniek:**

een centrum waar je overdag hulp krijgt en 's nachts slaapt.





11



# Contact

Yulius heeft meer dan 70 bezoeklocaties in Zuidwest-Nederland. Een overzicht van alle locaties, adressen en openingstijden vind je op [www.yulius.nl](http://www.yulius.nl).

Yulius  
Postbus 73  
3300 AT Dordrecht

Yulius is 24 uur per dag bereikbaar op telefoonnummer **088 40 50 600**.

[www.yulius.nl](http://www.yulius.nl)