

Je hoeft
D't niet
alleen
te doen



HET BOEK DAT ER VOOR JOU IS
ALS JE OUDERS UIT ELKAAR GAAN/ZIJN.

VILLA PINEDO

lieve jij
DIT zijn wij

Wij zijn Demi, Sophie en Marsha. Onze ouders zijn ook gescheiden. En nu hebben we een boek gemaakt dat we zelf heel graag hadden willen hebben toen onze ouders uit elkaar gingen.

We hadden het zelf heel fijn gevonden als er toen iemand was geweest die écht kon begrijpen wat wij doormaakten. Begreep hoe we ons voelden. Er écht voor ons was. Iemand die aan óns vroeg: hoe gaat het nou met jou? Of gewoon kon zorgen dat we ons niet zo alleen voelden.

In dit boek lees je allemaal echte verhalen van onszelf en andere kinderen met gescheiden ouders.

Want er gebeurt tijdens een scheiding superveel in een korte tijd. De een moet verhuizen, bij de ander praten de ouders (even) niet meer met elkaar of maken ze juist veel ruzie.

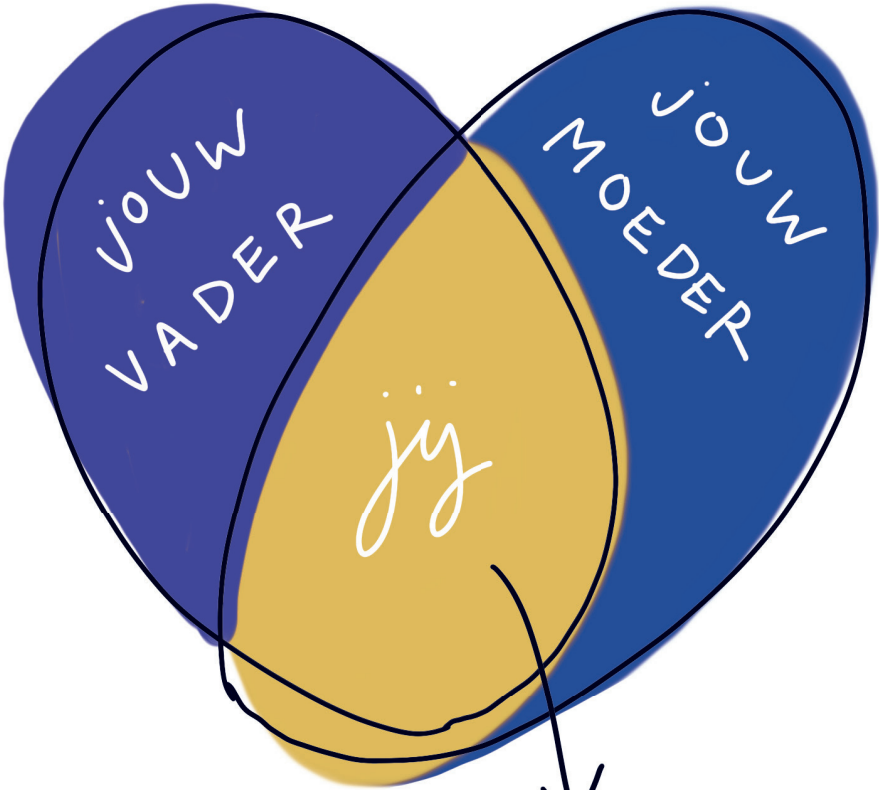
Dit boek gaat over heen en weer gaan tussen ouders. Over schuldgevoel (wij dachten weleens dat het door ons kwam dat ze gescheiden waren). Over de hoop dat ze weer bij elkaar komen (of juist he-le-maal niet!). En al die andere dingen die je door de scheiding van je ouders meemaakt en voelt.

We hebben dit boek met veel liefde gemaakt om het leven voor jou iets makkelijker te maken.

Want hoe je je ook voelt, weet dat je niet alleen bent. En als je het even niet meer weet: dan weten wij de weg.

**Liefs,
Demi, Sophie en Marsha**

→ en van Marieke,
die alles tekende ♥



Hoe wij elkaar kennen?

Via Stichting Villa Pinedo. Dit is de online plek waar heel veel kinderen met gescheiden ouders vertellen wat ze meemaken en voelen.

Je kunt op villapinedo.nl verhalen lezen van andere kinderen, vragen stellen of chatten met een eigen Buddy. Een Buddy is iemand tussen de 18 en 26 jaar, ook met gescheiden ouders en die anderen steunt. Een Buddy is er voor iedereen van 10 tot 24 jaar die wil chatten over de scheiding. Ondertussen zijn we al met meer dan 450 Buddy's.

Mocht je tijdens het lezen van dit boek denken: dat wil ik ook! Dat kan. Kijk gewoon op villapinedo.nl

Of lees eerst ff door :)

Naïma (9): Ik vind het afscheid nemen moeilijk. Ik moet vaak huilen als ik naar papa of mama ga. Ik hou van allebei. Ik wil ze gewoon niet missen.

Glenn (12): Ik vraag me soms af hoe het is als je ouders bij elkaar zijn, want die van mij zijn uit elkaar. Mijn ouders gaan ook niet meer samen naar rapportgesprekken, altijd apart. Ik mis het dat ze eerst altijd dingen samen deden.

Floris (15): Ik heb de leukste stiefvader ooit gekregen en daardoor voel ik me schuldig naar m'n vader.

hey
maa
't oof

Stefan (12): Ik heb een nieuw broertje en dat is wel leuk, maar mijn stiefmoeder is veel strenger dan mijn vader en daardoor is mijn vader ook strenger geworden.

Nine (16): Ik maak me weleens zorgen om mijn vader als ik bij mijn moeder ben. Hij is dan een week helemaal alleen, ik hoop dat hij dan niet eenzaam is.

Kim (14): Ik ben soms best wel opgelucht dat papa en mama zijn gescheiden, maar mijn broertje is dat niet. Ik vraag me af of het normaal is dat ik me er best blij over voel.

wij
ften
mee



en ze leefden
nog lang en
gelukkig

...

O nee, want toen
gingen ze scheiden.

... What the F@#*CK

1. WE DOEN

Saw

HET

men

lieve jij

Wist je dat 86.000 kinderen per jaar te horen krijgen dat hun ouders uit elkaar gaan? Superveel. Er zijn dus heel veel kinderen die hiermee te maken hebben.

Sommigen zijn heel jong als hun ouders uit elkaar gaan en kunnen zich hun ouders niet meer samen herinneren. Anderen zijn weer ouder. Sommigen zijn best blij dat hun ouders uit elkaar zijn gegaan, anderen vinden het echt superstom! Sommigen hebben het gevoel dat ze zich groot moeten houden voor hun ouders of broertjes of zusjes. Anderen hebben daar juist helemaal geen last van.



In welke situatie jij nu ook zit, het kan best een lastige periode zijn. Dat vonden wij ook.

Wij dachten soms: ben ik nou de enige die dit meemaakt? Die dit zo voelt? Totdat we de verhalen van anderen hoorden. Hoewel niemand in precies dezelfde situatie zit, is er altijd wel iemand die herkent wat jij voelt of meemaakt.

We kunnen elkaars verhalen lezen en van elkaars tips leren. Hierdoor zijn we in elk geval niet alleen en kunnen we het samen doen.

lief van ons

Ilse (16): Ik voelde mij aan het begin van dit jaar erg slecht en toen ontdekte ik op internet Villa Pinedo. Ik kon daar alles vertellen en tips krijgen. Sinds dat moment gaat het veel beter met mij en kan ik de vechtscheiding van mijn ouders eindelijk verwerken.

Josje (14): Een stemmetje in mijn hoofd zei dat ik het alleen moest doen. Maar toen zei de moeder van een vriendin dat het juist dapper is als je om hulp durft te vragen. Dus nu heb ik mijn mentor, die ook gescheiden ouders heeft, in vertrouwen genomen over waar ik allemaal mee zit en voel ik me veel beter.

Rens (13): Mijn beste vriend heeft ook gescheiden ouders. Ik vind het heel fijn om daar met hem over te praten. Hij snapt precies hoe ik me voel.

Hey
doen

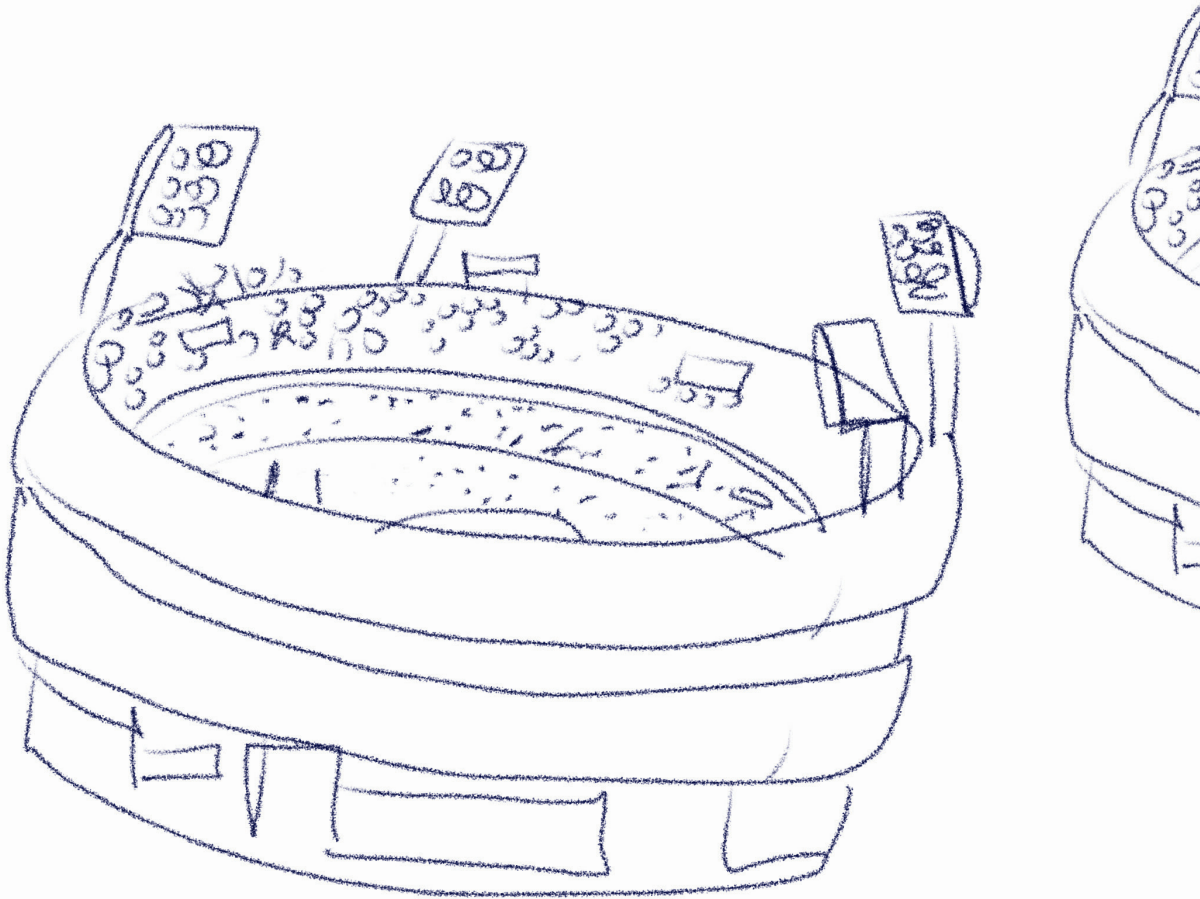
Sau

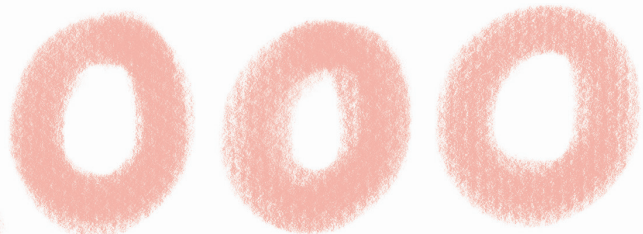
Sabine (15): Mijn kindertherapeut heeft me heel erg geholpen. Ik vond het heel lastig om over mijn gevoelens te praten, maar zij luisterde altijd. Vanaf nu kan ik het zelf en durf ik mijn vriendinnen alles te vertellen.

Jona (11): Ik praatte er eerst met niemand over, maar toen maakte mijn meester het bespreekbaar in de klas en bleken nog 5 andere kinderen gescheiden ouders te hebben! Ik dacht dat ik de enige was die soms buikpijn had voor de wissel tussen mijn twee huizen na school. Nu weet ik dat ik het er altijd met hen over kan hebben en dat ze mij zullen begrijpen.

wij
het
men

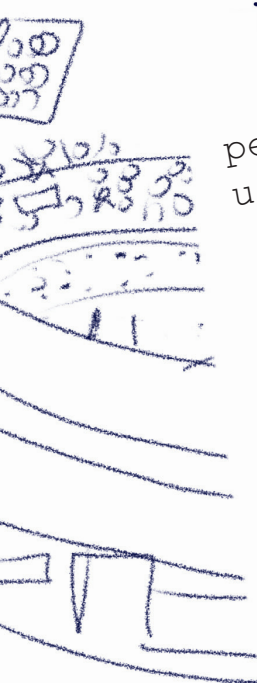
86.





Kinderen

per jaar horen dat hun ouders
uit elkaar gaan



Hoever is dat dan?

Wel anderhalf voetbalstadion vol!
Gek hè, dat we ons soms toch alleen
kunnen voelen?