

Anhörig- och kunskapscenter

Är du anhörig till någon med psykisk ohälsa som du stödjer eller vårdar?

Vi erbjuder dig som anhörig att delta i en samtalsgrupp. I gruppen kommer du att träffa andra i liknande situation och få möjlighet till diskussion och reflektion. Syftet är att du ska bli stärkt i ditt anhörigskap. Vi kommer att ta upp olika teman, till exempel:

- Din roll som anhörig och hur din ser din anhörigroll ut just nu
- Omgivningens påverkan
- Din egen hälsa och vikten av återhämtning
- Att leva nära någon med suicidala tankar

Vi träffas vid sju tillfällen på Anhörig- och kunskapscenter, Drottninggatan 32, 1 tr, Norrköping.

Torsdagar kl.14:00-16:00

29 september, 20 oktober, 17 november, 15 december, 19 januari, 16 februari och 16 mars.

Vi önskar att du helst deltar vid alla tillfällen. **Innan gruppstart vill vi träffa dig i ett enskilt samtal om du inte redan träffat någon av oss.** Deltagandet är kostnadsfritt och fika finns till självkostnadspris med kontant betalning. OBS! Du eller din närstående ska vara bosatt i Norrköpings kommun.

Samtalsledare

Annica Thomsson och Carina Bokull, anhörigkonsulenter

Frågor och anmälan

Anmälan senast den 16 september till Anhörig- och kunskapscenter:

Telefon: 011-15 54 30

E-post: anhorigstod@norrkoping.se

Hemsida: www.norrkoping.se/anhorigstod

Välkommen!