



Inbjudan Samtalsgrupp 2017

För Dig som är anhörig till någon med psykisk ohälsa

Vi möts under fem tillfällen med olika teman för att dela med oss, få råd och stöd, träffa andra i liknande situation. Högst 8 deltagare, för Dig som inte deltagit i anhöriggrupp tidigare. Kostnadsfritt, du bjuds på fika.

Plats: Mötesplatsen Prästgatan 58, varannan tisdag kl. 18-21 med start 170328.

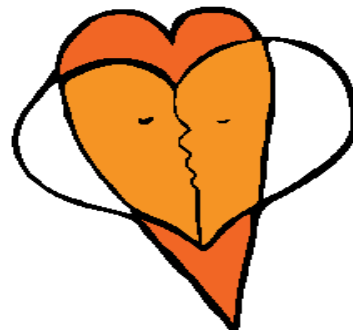
Träff 1, tisdag 28 mars
Uppstart, presentation, förväntningar

Träff 2, tisdag 11 april
Vem är jag som anhörig?

Träff 3, tisdag 25 april
Oro, rädslor, svårigheter

Träff 4, tisdag 9 maj
Återhämtning, ta hand om sig själv

Träff 5, tisdag 23 maj
Hopp och framtidstro



För anmälan och information:
Cecilia Bergman, Anhörigkurator
Telefon: 063 143780
Mail: cecilia.bergman@ostersund.se