



Anhörigcirkel

För dig som är förälder och har ett vuxet barn med funktionsnedsättning och eller psykisk ohälsa

Välkommen du som är förälder att delta i en anhörigcirkel. Gruppen leds av anhörigkonsulent Marie Alfengård.

Syfte

Syftet är att träffa andra i liknande situation och fokus ligger på att förbättra den egna livssituationen, öka förståelsen och hitta nya strategier och färdigheter. Cirkeln kommer att ha olika teman, till exempel att kunna sätta sunda gränser, hantera känslor till exempel skuld och skam, medveten närvaro i relationer med mera. Mer information vid första tillfället.

Tid och plats

Tisdagar klockan 17-19 på Café Tufvan, Tuvanäsvägen 12
2 oktober, 9 oktober, 16 oktober, 23 oktober, 30 oktober, 6 november, 13 november.
Antal platser: 12.

Anmälan

Det är kostnadsfritt att vara med och vi bjuder på kaffe/the och fralla.
Anmälan till anhörigkonsulent Marie Alfengård
tel: 0470-41848 E.post marie.alfengard@vaxjo.se



För dig som har en syster eller bror med funktionsnedsättning och eller psykisk ohälsa?

Välkommen till syskongrupp för dig över 18 år

Hur påverkar det mig att ha vuxit upp med ett syskon som har en funktionsnedsättning? Får man vara arg på oförmågor? Hur pratar vi med varandra om funktionsnedsättningen i vår familj? Vilka roller tar jag för att skydda mitt syskon? Mina behov kontra mitt syskons behov? Frigörelseprocessen, blir den annorlunda? Fanns det en förväntan i luften att inte krångla, för jag såg hur trötta mina föräldrar var? Ja, detta är några av frågorna vi kommer att beröra i syskencirkeln.

Syfte

Syftet med cirkeln är fokus på dig som syskon. Att få träffa andra som också vuxit upp med syskon som har en funktionsnedsättning som förstår hur det kan vara. Cirkeln leds av anhängkonsulenten Pernilla Seibold. Cirkeln kommer att ha olika teman kring varje träff.

Tid och plats

Onsdagar klockan 17-19

12 september, 19 september, 26 september, 3 oktober, 10 oktober, 17 oktober, 24 oktober

Träffpunkten dockan, Norra Esplanaden 37

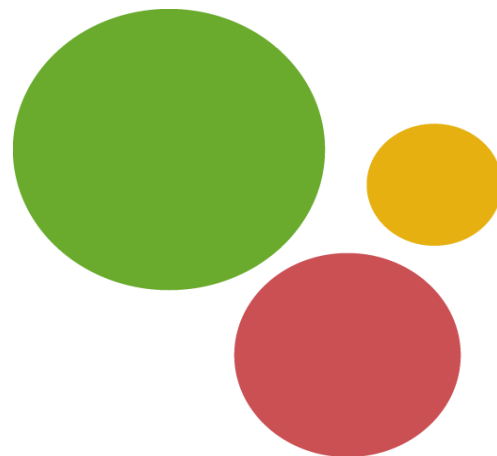
Antal platser: 12

Anmälan

Det är kostnadsfritt att vara med och det bjuds på kaffe/the och fralla.

Anhängkonsulent Pernilla Seibold tel: 0470-796027

E.post: pernilla.seibold@vaxjo.se



För dig som har en förälder med funktionsnedsättning och eller psykisk ohälsa?

Välkommen till cirkeln för DIG som är dotter eller son och som är över 18 år

Hur påverkar det mig att ha vuxit upp med en förälder som har en funktionsnedsättning, psykisk ohälsa? Får man vara arg på oförmågor? Hur pratar vi med varandra om funktionsnedsättningen i vår familj? Mina behov kontra min förälders behov? Frigörelseprocessen, blir den annorlunda? Fanns det en förväntan i luften att inte krångla, för jag såg hur jobbigt min förälder hade det ibland?

Ja, detta är några av frågorna vi kommer att beröra i cirkeln.

Syfte

Syftet med cirkeln är fokus på dig. Att få träffa andra som också vuxit upp med föräldrar som har en funktionsnedsättning som förstår hur det kan vara. Cirkeln leds av anhörigkonsulenten Pernilla Seibold. Cirkeln kommer att ha olika teman kring varje träff.

Tid och plats

Onsdagar klockan 17-19

31 Oktober, 7 November, 14 November, 21 November, 28 November, 5 December, 12 December

Träffpunkt dockan, Norra Esplanaden 37

Antal platser: 12

Anmälan

Det är kostnadsfritt att vara med och det bjuds på kaffe/the och fralla.

Anhörigkonsulent Pernilla Seibold tel: 0470-796027

E.post: pernilla.seibold@vaxjo.se