

Information från Växjö kommun

Inbjudan till anhörigcirkeln Familjeband

Är du en förälder och har ett barn som du är orolig för? Ett barn som åker berg och dalbana i starka känslor eller som inte tar för sig och kommer in i vuxenlivet?

I anhörigcirkeln Familjeband får du som förälder träffa andra i liknande situation. Kursen kommer att ta upp ämnen som

- känslor,
- ta hänsyn till gränser,
- balans i familjen,
- otillräcklighet samt
- utmaningarna med att vara förälder.

Dessutom är det en kurs som ger dig möjlighet att lära dig nya färdigheter och strategier i er vardag. Kursen leds av anhörigkonsulenterna Marie Alfengård och Karin Källström.

Syfte: att träffa andra i liknande situation och fokus ligger på att förbättra den egna livssituationen, öka förståelse och hitta nya strategier och färdigheter.

Kursstart: onsdagen den 28 augusti följt av 4, 11, 18, 25 september, 9, 16, 23 oktober (ingen träff 2 oktober). Samtliga tillfällen är klockan 17.00-19.00.

Plats: Kompassen, Hjalmar Petrisväg 45, Växjö

Antal platser: 10

Anmälan: Senast 23 augusti 2019 till Marie Alfengård, marie.alfengard@va.xjo.se telefonnummer 0470-418 48. Meddela om du har behov av specialkost då vi bjuder på fika.