



**Ny omgång! Passa på att anmäla!**

## **Inbjudan Samtalsgrupp**

**För Dig som är partner 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. Kostnadsfritt, du bjuds på fika.

Plats: Mötesplatsen Prästgatan 58, varannan onsdag **\*OBS!**

**Första tillfället är en torsdag!**

kl.18 – ca. 20.30 med start den 12 mars 2020.

**Träff 1, torsdag 12 mars \***

Uppstart, presentation, förväntningar

**Träff 2, onsdag 25 mars**

Vem är jag som anhörig?

**Träff 3, onsdag 8 april**

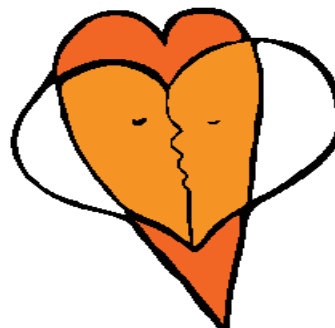
Oro, rädslor, svårigheter

**Träff 4, onsdag 22 april**

Återhämtning, ta hand om sig själv

**Träff 5, onsdag 6 maj**

Hopp och framtidstro, reflektioner



För anmälan och information:

Cecilia Barchéus Bergman, Anhörigkurator

Telefon: 063 143780

Mail:[cecilia.barcheus-bergman@ostersund.se](mailto:cecilia.barcheus-bergman@ostersund.se)

