

Utsikten

För dig som drabbats av en anhörigs missbruk

Anhöriggrupp med fokus på att hitta egen livskvalitet när problemen vill ta överhanden

Vi kommer att ta upp olika teman som:

Hur hanterar jag svårigheterna jag lever med?

Hur skapar jag återhämtning/vila/fredade zoner?

Vad kan jag göra för min egen skull?

Hur kan en back-up/akutplanering se ut ("Om kriget kommer...")?

Start 17/10 - Avslutning 19/12 - Totalt 7 träffar

Först fyra tisdagar i rad, sedan varannan tisdag de tre sista gångerna.

17.00-19.00 varje gång - vi bjuder på lite smörgåsfika.

Vi träffas på **NOVUM** samtalsterapi, Löjtnant Granlunds väg 6 (Gamla T4)

Anmälan **senast 10/10** till:

novum@hassleholm.se

eller på telefon **0451 267070 / 267071**

Öppet för vuxna boende – och/eller med missbrukande närstående – i Hässleholms kommun. Ange namn, adress och telefonnummer.

All information stannar hos **NOVUM** – ingen registrering eller journalföring