

FÖRÄLDRAGRUPP NPF



Är du förälder till barn med NPF?

Nu startar en **samtalsgrupp (5 träffar)** för dig med barn med neuropsykiatriska funktionsvariationer!

Syftet med gruppen är att hitta sätt att hantera känslor och att få styrka av varandra. Att möta andra i liknande situationer som förstår hur det kan vara.

Vi använder oss av Vuxendialogmetoden som är en enkel modell där en tydlig struktur och metodik ger var och en utrymme att tala om sina erfarenheter och tankar samt att lyssna och reflektera.

Vi börjar och avslutar träffarna med en mindfulnessövning.

Start: ons. 27 mars (ojämna veckor) kl 14-15.30

Ledare: Cathy Kristersson (certifierad livscoach och mindfulnessinstruktör)

Plats: Frivilligcentralen Mik-Knuten, Råstensgatan 4 i Kålltorp. Spårvägn 3 och 5 (Solrosgatan). Buss 17. Spårvägn 1 (Munkebäckstorget)

Anmälan och mer information på telefon: 072-205 41 61/073-773 88 83 eller maila Cathy till frivilligknuten@gmail.com

