

Anhöriggrupp

Stödjer, hjälper eller vårdar du någon i din omgivning som har beroendeproblematik eller psykisk ohälsa? Då kan du själv behöva stöd och hjälp.

I vår anhöriggrupp får du möjlighet att träffa andra i liknande situation, utbyta erfarenheter och kunskap, få stöd och råd och verktyg till att komma vidare i livet. Träffarna är uppbyggda kring olika teman:

- Ökad kunskap om beroendepersonligheten
- Medberoende
- Missbruk och psykisk ohälsa
- Gränssättning
- Känslobearbetning
- Express emotion

Vi träffas på onsdagar mellan klockan 17.30 – 19.00 på Nygatan 1 i Södertälje. Du behöver inte anmäla dig och det kostar inget att vara med. För att alla ska känna sig trygga råder sekretess.

Gruppledare

Anhörigkonsulent Marie Brithell och anhörigkonsulent Lies Viström som arbetar på missbruksenheten på Södertälje kommun.

Vill du veta mer?

Ring oss om du har frågor eller undrar över något. Du når Marie Brithell på 08-523 061 14 och Lies Viström på 08-523 019 09.

Varmt välkommen!