

Trygghet Ur Stöd

Digital studiecirkel för föräldrar med psykisk ohälsa

Har du som förälder psykisk ohälsa, sjukdom eller en psykisk funktionsnedsättning? Du är inte ensam. Vill du träffa andra föräldrar i liknande situation och testa ett nytt studiecirkelmateriel?

Vad behöver mitt barn?

Vad behöver jag som förälder?

Hur skapar jag trygga relationer?

Hur pratar jag med barn om ohälsa?

Vad finns för stöd?

Vem kan delta?

Du som är förälder och har psykisk ohälsa, sjukdom eller psykisk funktionsnedsättning med barn i åldrarna 0 - 18 år.

Syfte

Att du som förälder ska känna dig stärkt och trygg i ditt föräldraskap.

Hur?

- Du träffar andra föräldrar, en gång i veckan under fem tillfällen.
- Varje träff är 1,5 timmar och har olika teman man lär sig mer om och samtalar om tillsammans.
- Max 5 föräldrar per grupp.
- Studiecirkeln är digital.

När?

Under våren 2021 planeras två studiecirkel med start 13 april och 6 maj.

Vem håller i träffarna?

Projekt TrUSt som drivs genom Bräcke Diakoni samt NSPHiG.

Studiecirkeln är framtagen tillsammans med föräldrar som har erfarenhet av psykisk ohälsa, sjukdom eller psykisk funktionsnedsättning.

Frågor och intresseanmälan

Sara Jonåker

Projektledare för Projekt TrUSt

✉ sara.jonaker@brackediakoni.se

☎ 0765-03 26 17