

Selvhjelpsgruppe – en mulighet for endring

Utrygg? Sliten?
Redd? Utbrent? Ensom?
Problemer?
Deppa? Trist? Sint?
Ulykkelig?

Oppelever du at barnet ditt har skolevegring?

Da kan det være godt å komme sammen med andre som opplever det samme problemet.

Invitasjon til informasjonsmøte om selvhjelpsgrupper

Tirsdag 4. juni kl 17-19 i Eidsvoldsgata 47A (3dje etasje), Sandnes

Gratis deltakelse.

Tema

- Hva er selvhjelp? • Rammer og prinsipper for en selvhjelpsgruppe • Om å delta i en selvhjelpsgruppe

Påmelding innen fredag 31. mai til Kari Kastmann, tlf 901 82 656
eller karik@selvhjelp.no

Selvhjelp er å ta tak i egne muligheter, finne fram til egne ressurser, ta ansvar for livet sitt og selv styre det i den retning en ønsker. Selvhjelp er å sette i gang en prosess - fra passiv mottaker til aktiv deltaker i eget liv.

Selvhjelp Norge arbeider på oppdrag fra Helsedirektoratet.

