



# ANHÖRIGTRÄFFAR

Du som står nära en vuxen med psykisk ohälsa kan många gånger känna dig ensam och kan vara i behov av att träffa andra i liknande situation

Sedan sommaren 2020 driver RSMH (Riksförbundet för Social och Mental Hälsa), tillsammans med NKA (Nationellt Kompetenscentrum Anhöriga) och ABF (Arbetarnas Bildningsförbund) ett projekt som riktar sig till personer som står nära en vuxen, som mår dåligt, i syfte att höja kunskapen och skapa förutsättningar för samtal och erfarenhetsutbyte.

Anhörigprojektet har tagit fram material och erbjuder bland annat studiecirklar som leds av erfarna studiecirkelledare där personer som stöttar en vuxen med psykisk ohälsa får träffa andra i liknande situationer.

**Du som står nära någon som mår dåligt kan nu anmäla dig till en cirkel för att träffa andra i liknande situation**

Mer information om projektet på RSMH Riksförbundets hemsida:

<https://rsmh.se/projekt/anhorigprojektet/>

<b>När</b>	Bestäms i samråd med anmälda
<b>Var</b>	Digitalt via Zoom Vi följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer och anpassar verksamheten till smittläget
<b>För vem</b>	Anhöriga, närstående och andra personer som stöttar en vuxen med psykisk ohälsa i en icke-yrkesrelaterad relation
<b>Upplägg</b>	5 träffar à 2.5 timmar Max 8 deltagare per träffgrupp
<b>Kontakt</b>	Intresserad av att delta? Kontakta: Loes Vollenbroek: <a href="mailto:loes.vollenbroek@saloma.se">loes.vollenbroek@saloma.se</a> – 076 295 71 39

Projektet finansieras med medel från Folkhälsomyndigheten