

Inbjudan

Välkommen till Familjeband

DBT-enheten kommer att starta en kurs som heter Familjeband.

Kursen är för närstående till personer med svårigheter att hantera sina känslor i relationer. Det är också vanligt att dessa personer visar beteenden som humörsvängningar, svårigheter med ilska, impulsivitet, självskadehandlingar och suicidförsök. Ofta diagnostiseras dessa symptom Emotionell instabil personlighetsyndrom.

Kursen omfattar 14 träffar och fokuserar på lära ut mer om problematiken och på att ge färdigheter i att bemöta sina anhöriga med dessa problem.

Du är välkommen att lära dig färdigheter som hjälper dig själv och kan öka ditt eget välbefinnande.

Datum: onsdag 11 september 2019

Tid: 17:00-19:30

Plats: DBT-enheten,
Skolgatan 36-38 hus C, Örebro

Kursen är avgiftsfri

Målgrupp: Närstående/anhöriga.

Anmälan senast: 6/9

Anmälan till:
Ingela Lord 019-6029065
ingela.lord@regionorebrolan.se

Receptionen 019-6029060

Kontaktpersoner:
Ingela Lord
Martina Palolampi 019-6029068
martina.palolampi@regionorebrolan.se



Familjebandskursen kommer att vara
vid 14 tillfällen, vid dessa datum:

Gång 1	190911
Gång 2	190918
Gång 3	191002
Gång 4	191009
Gång 5	191016
Gång 6	191023
Gång 7	191030
Gång 8	191106
Gång 9	191113
Gång 10	191120
Gång 11	191127
Gång 12	191204
Gång 13	191211
Gång 14	200108

Med reservation för ändringar.

