

## Inbjudan anhörigcirkel Familjeband

Är du anhörig till någon som åker berg och dalbana i starka känslor som leder till kaos i relationer och svårigheter med självbild, självskadande eller självmordsbeteende?

**Familjeband är en kostnadsfri kurs som erbjuder utbildning till problematiken, färdighetsträning och stöd.**

**Syfte:** att träffa andra i liknande situation och förbättra sin egna livssituation, öka förståelsen och hitta nya strategier och färdigheter.

**Kursstart:** Tisdagar v. 36-48 (ej v. 44) klockan 18:00—20:00

10-12 platser.

**Kursen leds av:** Kim Georgsson Heinvall och Sofia Nielsen.

Anmälan och frågor till Kim Georgsson Heinvall  
[kim.georgssonheinvall@tingsryd.se](mailto:kim.georgssonheinvall@tingsryd.se)