

EN SAMTALEGRUPPE

I REGI AV HELSESTASJONEN I BERGEN KOMMUNE



BERGEN KOMMUNE

Nesttun Helsestasjon

Adresse: Wollert Konows Plass 2, 5224 Nesttun

Telefon: 55 56 13 48, **Faks:** 55 56 12 63

E-post: helsestasjon.nesttun@bergen.kommune.no

DU ER IKKE ALENE

ET GRUPPETILBUD FOR BARN OG UNGE SOM HAR PSYKISKE
VANSKER ELLER RUSPROBLEMER I NÆRMESTE FAMILIE

NÅR ET FAMILIEMEDLEM HAR PSYKISKE VANSKER ELLER RUSPROBLEMER

I slike tilfeller kan det være vanskelig for barn og unge å forstå situasjonen. Dette gruppetilbudet er forebyggende, og retter seg mot barn og unge.

I gruppen får du

- dele opplevelser og erfaringer med barn og unge i samme situasjon
- lære å sette ord på tanker og følelser
- styrket egen mestringssevne
- tilpasset kunnskap om psykiske vansker og rusproblemer
- kunnskap om hvor, og fra hvem man kan få hjelp
- bevisstgjøre egne evner, behov og valg

VI INVITERER TIL SAMTALE-GRUPPE FOR BARN OG UNGE

Gruppen vil bestå av 6-8 deltagere – fordelt etter alder. Gruppen vil møtes på Nesttun Helsestasjon, Wollert Konows plass 2, hver tirsdag ettermiddag i ti uker. Hvert møte starter med et varmt måltid.

Vi snakker om hvordan vi kan forstå psykisk sykdom eller rusproblemer, og hvordan barn og unge opplever det når det finnes i familien.

Vi inviterer foreldrene til en orienterende samtale med nærmere informasjon om tilbudet.

Familien blir invitert til en samtale i etterkant av samtalegruppene.

PÅMELDING

Du eller dine foreldre kan selv melde deg på hos helsesøster på skolen eller ta direkte kontakt med Nesttun Helsestasjon på telefon 55 56 13 48 eller ved å sende en e-post til: helsestasjon.nesttun@bergen.kommune.no.

Du kan også kontakte Sandsli Helsestasjon på telefon 55 56 17 83 eller på e-post til: helsestasjon.sandsli@bergen.kommune.no

Gruppen deles inn etter alder, og vi starter ny gruppe når det er nok deltagere, vår og høst.

VI HÅPER Å SE DEG DER!

**DELTAKELSE
I GRUPPEN ER
GRATIS!**