



# Välkommen till anhöriggrupp för föräldrar och familjehemsföräldrar till barn med NPF

Att vara förälder eller familjehemsförälder till ett barn med NPF kan vara både givande och krävande. I vår anhöriggrupp vill vi erbjuda en trygg plats för samtal, erfarenhetsutbyte och reflektion tillsammans med andra i liknande situation.

Gruppen består av tre träffar med olika teman:

- **Att balansera syskonrelationer**

Hur påverkas syskon och familjedynamik – och hur kan man skapa förståelse och balans?

- **Att få vardagen att fungera och vad är gott nog?**

Om krav, struktur, förväntningar och att hitta fungerande lösningar i vardagen.

- **Att ta hand om sig själv som förälder**

Om återhämtning, stöd och att orka långsiktigt.

Vi vet att vardagen ofta ser olika ut och att det kan vara svårt att hitta tider som passar alla. Därför kommer vi att planera träffarnas tider i dialog med de som anmäler sig, för att skapa så goda möjligheter som möjligt för deltagande.

Vid intresse eller frågor är du varmt välkommen att höra av dig.

Vi träffas vid tre tillfälle under våren. Vi bjuder på fika, kostnadsfritt.

Anmäl ditt intresse till:

Linda Kjellgren anhörigstöd Götene

Telefon: 0511-386274

Epost: [linda.kjellgren@gotene.se](mailto:linda.kjellgren@gotene.se)

Anneli Persson anhörigstöd Skara

Telefon: 0511-32793

Epost: [annelie.persson@skara.se](mailto:annelie.persson@skara.se)