

Inbjudan Digitala Forum

Att vara anhörig till en vuxen/ung vuxen (18-30år)
med högfungerande autism
(Aspergers syndrom) eller ADHD

Öppen för alla berörda, syskon, föräldrar eller annan anhörig

Var: Teamslänk skickas till antagna deltagare

När: Du anmäler dig till tre tillfällen, tisdagar; 21 september, 5 oktober och 19 oktober

Tid: Kl.18.30–20:30

Samtalsledare: Britt-Marie Malm/lokalförening Attention och Anna Forsberg/Stöd och service, Skellefteå kommun.

Ur innehållet;

Information om konsekvenser av funktionsnedsättning

Vad innebär det för dig som anhörig?

Vad kan du påverka/inte påverka?

Konsten att hitta strategier i vardagen för dig

Att finna sin egen styrka

Energitjuvar och energipåfyllning

Vad tar din energi? Vad ger dig energi?

Vems behov styr ditt liv?

Stress - vad är stress

Vad stressar dig i vardagen?

Hur reagerar du?

Går det att hantera mänskliga reaktioner på omänskliga situationer?

Forumet är kostnadsfritt

Anmälan: senast 2021-09-16 till Skellefteå kommuns kundtjänst, 0910 73 50 00 eller

anmalan.utbildningsoc@skelleftea.se

Begränsat antal platser. Uppge namn, e-postadress, telefonnummer (för att vi ska kunna nå dig om förändringar skulle uppstå)

Välkommen!

Utbildningen är ett samarrangemang mellan föreningen Attention och Skellefteå kommun, socialkontoret