

# SMIL

## STYRKING OG MESTRING I LIVET

«Å leve med sykdom i familien»- et tilbud til ungdom som pårørende



- Har du foreldre og/eller søsken som strever med sykdom- fysisk, psykisk eller rus?
- Bekymrer du deg for mamma, pappa eller søsken?
- Har du lyst til å møte andre som er i liknende situasjon som deg?

### Innhold i gruppa:

Selvbilde, selvtillit, Hvordan er det å være ungdom i en familie med sykdom, hvordan håndtere utfordringer, møte andre som har opplevd det samme, god mat, film, spill, få nye venner, gode samtaler, osv, osv, osv

## GRUPPETILBUD FOR UNGDOM 8. – 10. KLASSE

**OPPSTART:** 5.februar 2019

**STED:** Gamlebygget, Dømmesmoen

**NÅR:** Tirsdager kl 15-17 (7 samlinger)

**FOR PÅMELDING OG NÆRMERE OPPLYSNINGER KONTAKT GRUPPELEDERNE:** (Du kan sende mail, ringe eller sende SMS)



Helsesøster Nina Næss  
[nina.næss@grimstad.kommune.no](mailto:nina.næss@grimstad.kommune.no)  
Tlf.: 945 03016

Psykisk helsearbeider Hege Igland  
[Hege.Igland@grimstad.kommune.no](mailto:Hege.Igland@grimstad.kommune.no)  
Tlf.: 489 97 727