

Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft Stockholms län bjuder in till:

## ANHÖRIGTRÄFF

**ABF-Huset, Stockholm, tisdag 5 maj KL 18.00-20.15**



**Att vara anhörig till någon med förvärvad hjärnskada innebär ofta stora utmaningar och en ständigt pågående kamp för att den skadade ska få en bättre livskvalitet.** Det kräver stödinsatser från oss närstående över lång tid, samtidigt som vi själva också drabbats av ett trauma och en stor livsförändring som vi behöver få stöd och hjälp att bearbeta.

**Hjärnkrafts öppna anhörigträffar är en introduktion till anhörigstöd i grupp och efter träffarna ges möjlighet och underlag att fortsätta med i mindre självhjälps- och samtalsgrupper.** Linn Maria Wågberg, utbildad i krishantering, anhörigbemötande, KBT samt närstående till person med förvärvad hjärnskada håller en kortare föreläsning om kris, sorg och vad som kan vara bra att tänka på när livet tar svåra vändningar. Därefter blir det samtal i mindre grupper och du ges möjlighet att dela med dig och ta del av andras erfarenheter.

**Träffen är öppen och kostnadsfri för dig som är anhörig/närstående till person med förvärvad hjärnskada. Vi ser gärna att du som deltagit i tidigare träffar också är med. "Livet är ett tillsammans-projekt".**

Introduktion och föreläsning 18.00-18.45

Paus 18.45-19.00, Hjärnkraft bjuder på smörgås och kaffe/te

Frågor, samtal i mindre grupper: 19.00-19.45

Återsamling och sammanfattning: 19.45-20.15

**Varmt välkommen med din anmälan!**

**Tid: tisdag 5/5 18.00-20.15. ABF-Huset, Sveavägen 41-43 Sthlm**  
**Anmälan: senast tisdag 28/4 till kansliet [stockholm@hjernkraft.se](mailto:stockholm@hjernkraft.se)**