
HUR SÖRJER MAN, PÅ RIKTIGT?

- en föreläsning om sorg och sorgbearbetning

Sorg och förlust kan vara så mycket och som anhörig kan du uppleva det i många olika situationer. Livet förändras då någon nära dig kanske drabbas av en sjukdom eller psykisk ohälsa, dina föräldrar blir äldre och behöver regelbunden hjälp eller ditt barn får en diagnos. Förluster drabbas vi alla av och vi behöver hantera dem. Men hur gör man?



Detta är en föreläsning om hur vi kan bearbeta förluster och hur vägen till känslomässig läkning kan se ut. Förhoppningen är att du efter föreläsningen har fått nya perspektiv på sorg och fått med dig några verktyg som kan hjälpa dig att läka känslomässigt, när livet kanske inte blev som du tänkte dig.

Föreläsare är Josefin Haraldsson, certifierad handledare i sorgbearbetning på AB Genuin.

Onsdag 9 mars kl. 18

Röda rummet, Mölnlycke kulturhus

Fri entré. Boka din plats genom att kontakta

Sara Bexon Pölder sara.bexonpolder@harryda.se 031-724 88 02 eller

Marie Löwenberg marie.lowenberg@harryda.se 031-724 65 46



Anhörigstödet i Härryda
harryda.se/anhorigstod