



## **Samtalsgrupp: För dig som påverkas av en annan människas missbruk av alkohol- eller droger** **Digital kurs - 5 tillfällen.**

Är du upptagen av tankar och oro kring någon annans missbruk av alkohol eller droger? Då är den här kursen för dig.

I samarbete med Nyköpings kommun bjuder Anhörigcentrum i Strängnäs in till en digital kurs för dig som är anhörig till någon som missbrukar alkohol eller droger.

Kursen berör tema som missbruk och beroende, hur påverkas anhöriga runt omkring, hur mår familjen, vilka gränser kan jag sätta och hur tar jag hand om mig själv på bästa sätt i en svår situation.

Vi blandar föreläsningar med samtal och har även inbjudna gäster som berättar sin historia.

**Tid:** Vi träffas digitalt i en liten grupp på torsdagskvällar kl. 17.30-19.30.  
Kursen hålls digitalt på Teams.

**Kurstillfällen:** 2/3, 9/3, 16/3, 23/3, 30/3

**Samtalsledare:** Anhörigkonsulenter Eva Hammarström (Strängnäs kommun) och Eva Henriksson (Nyköping kommun)



STRÄNGNÄS KOMMUN



Nyköping

**Mer information och anmälan** till Eva Hammarström tfn 0738-67 60 51,  
e-post: [eva.hammarstrom@strangnas.se](mailto:eva.hammarstrom@strangnas.se)