

Til deg som er pårørende



Veiledningscenter for pårørende
Norske Kvinners Sanitetsforening

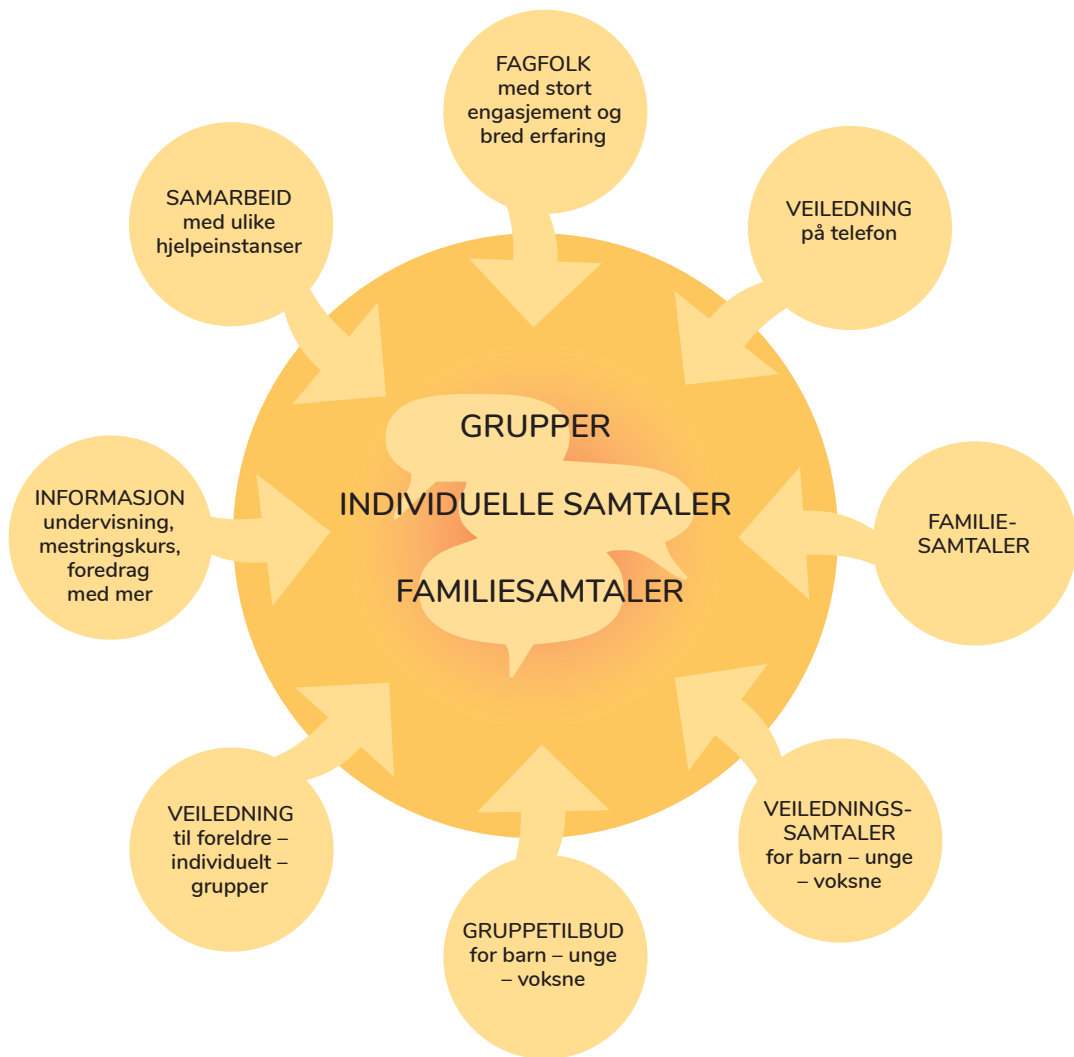
TILBUDET ER GRATIS

KORT VENTETID

Å være i relasjon til en som sliter med rus eller psykiske lidelser kan være utfordrende og påvirke hverdagen. Veiledningscenteret er et samtaletilbud for pårørende i alle aldersgrupper.

DU TRENGER
IKKE
HENVISNING

Hensikten med tilbudet er å hjelpe den pårørende til økt mestring og livskvalitet i en krevende livssituasjon. Å dele tanker og følelser og få tilbakemelding fra en veileder kan føre til endring i tankemønster og utprøving av egne, nye løsnings- og handlingsmønster.



Veiledning er en målrettet samtale som stimulerer deltakeren til å finne egne svar. Veiledningen skal oppmuntre til refleksjon og til at deltakeren er aktiv både under samtalen og i perioden mellom hver veiledning. Vi er opptatt av hva som er viktig for den pårørende.

Her finner du oss

NORD OG MIDT

Alta – Bodø - Stjørdal

451 42 144

post.mnorge@veiledningscenter.no

post.nnorge@veiledningscenter.no

VEST

Sandnes:

51 66 42 02

kontakt@veiledningscenter.no

Haugesund:

52 71 78 80

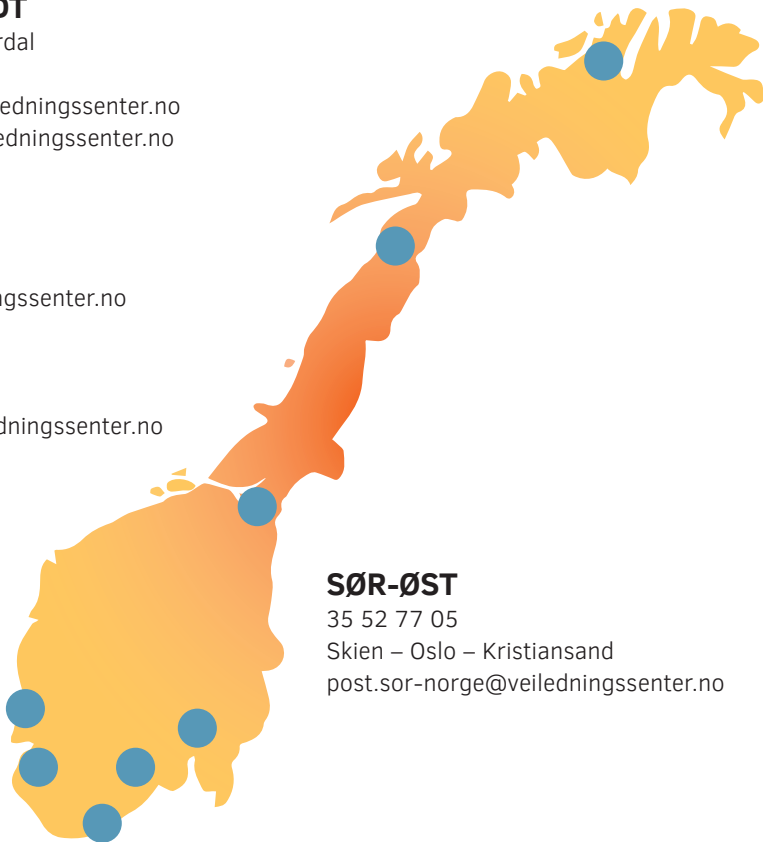
haugesund@veiledningscenter.no

SØR-ØST

35 52 77 05

Skien – Oslo – Kristiansand

post.sor-norge@veiledningscenter.no



sanitetskvinnene.no/veiledningscenter



Veiledningscenter for pårørende
Norske Kvinners Sanitetsforening