

Svær livssituation?

– du er ikke alene

Selvhjælp Skanderborg tilbyder selvhjælpsgrupper, hvor mennesker i svære livssituationer mødes og udveksler erfaringer og støtter hinanden.

Det er således ikke terapi eller behandling, der gives, men en medmenneskelig støtte, der kan hjælpe dig til at genfinde håbet, livsglæden og troen på fremtiden.

Vi har på nuværende tidspunkt følgende aktive grupper:

- **Børn i sorg**
- **Skilsmissebørn**
- **Voksne i sorg**
- **Voksne med ADHD**
- **Voksne med kræft**
- **Kvindegruppe**
- **Pårørende til hjerneskadede**

Alle forløb er gratis og sammensat efter deltagernes ønsker og behov. Hver gruppe har kompetente frivillige gruppeledere og igangsættere.

Vi opretter løbende nye grupper. Vi er i øjeblikket i gang med oprettelse af grupper indenfor; voksne med lettere depression, voksne i skilsmisse samt pårørende til demente.

Hvis du ønsker at vide mere eller deltage i en gruppe, er du meget velkommen til at kontakte koordinator Sabrina Gliisborg på tlf. 23 62 80 02 eller på mail: post@selvhjaelpskanderborg.dk

Vi søger frivillige!
Kontakt os hvis dette har din interesse.



Selvhjælp Skanderborg er en selvejende forening, der har til formål at yde støtte til borgere, der står i en vanskelig livssituation. Støtten ydes i form af selvhjælpsgrupper, som består af en gruppe børn, unge eller voksne, der har behov for at være sammen med andre i samme situation. Der er tilknyttet 1-2 frivillige til gruppen. Det er ikke terapi eller behandling, der gives, men en medmenneskelig støtte, der kan hjælpe dig gennem en vanskelig tid.

