



Overvejelsesgruppe

Et gruppetilbud til personer med spiseforstyrrelser.

Socialpsykiatrisk rehabiliteringstilbud
Katrinebjergvej 81, 8200 Aarhus N

Er du over 18 år og har du en spiseforstyrrelse, så er det måske en overvejelse værd at starte i denne gruppe !

Har du lyst til at:

- Være en del af en gruppe på op til 7 personer, der også har en spiseforstyrrelse?
- Mødes 1 gang om ugen, i alt 16 gange?
- Dele dine overvejelser med andre omkring de fordele og ulemper som du oplever, der er ved at have en spiseforstyrrelse?

Vi vil gerne tilbyde dig:

- Et gruppeforløb der indeholder forskellige temaer og øvelser
- Et frirum, hvor du kan dele dine tanker med andre i samme situation
- At blive mødt med forståelse af andre der ved, hvad det vil sige at have en spiseforstyrrelse

Temaer:

- Håb og frygt i forhold til gruppen og forløbet
- Spiseforstyrrelsen som løsning
- Min livshistorie og spiseforstyrrelsens historie
- Personlige værdier og mål
- Identitet og personlighed

Mennesker udtrykker sig forskelligt, derfor vil du i gruppeforløbet komme til at arbejde med temaerne igennem:

- Samtale
- Fælles refleksioner
- Fælles øvelser

Vi mødes hver **torsdag kl. 15-17.30** på Katrinebjergvej 81.

Overvejsesgruppen har 2 gruppeledere, som begge deltager og er ansvarlige for dagens program.

Er du interesseret:

1. Ring til Hannah Christiansen eller Bente Midtgaard.

Der aftales tid til en afklarende samtale i forhold til start i gruppen.

2. Afklarende samtale afholdes, hvor du er velkommen til at tage en ledsager med

3. Start i overvejsesgruppen

Se **www.Netvaerketaarhus.dk** for opstartsdatoer på forløb.

Socialpsykiatri og Udsatte Voksne
Bente Midtgaard 51576144
Hannah Christiansen 51575531
Katrinebjergvej 81, 8200 Aarhus N