



# Nka<sup>TM</sup>

## Digital samtalsgrupp för Vuxensyskon

Har du svårt att veta vilket ansvar du har för ditt syskon?

Är din självständighet ibland en belastning för dig?

Får du dåligt samvete när du tänker på ditt syskon?

Har du svårt att veta vad du själv vill?

Syskonrelationen är en av de längsta vi har. Hur påverkas den när ens syskon har en sjukdom eller funktionsnedsättning? Kanske är du ett vuxensyskon och vill dela dina tankar och erfarenheter med andra som också känner igen sig i de här frågorna?

Välkommen till digital samtalsgrupp för vuxensyskon. Samtalen följer samtalsmaterialet Fokus på mig, Vuxensyskon. Gruppen träffas vid åtta tillfällen under kvällstid och startar så snart det är en full grupp. Samtalsgruppen leds av två anhörigkonsulenter från Anhörigkonsulenter i nationellt nätverk för Vuxensyskon med stöd av Nationellt kompetenscentrum anhöriga, Nka.

Samtalet sker via Zoomlänk och du behöver ha dator, surfplatta eller telefon med stabilt internet. Viktigt är också att du sitter i ett rum där du kan vara själv.

Anmälan och andra frågor, kontakta [maria.blad@anhoriga.se](mailto:maria.blad@anhoriga.se)

Varmt välkommen

Maria Ahlqvist, Nationellt kompetenscentrum anhöriga  
072-465 80 46