

# Till dig som är anhörig till en person med ett problematiskt förhållande till alkohol, droger eller spel

Du är hjärtligt välkommen att delta i vår gruppverksamhet till hösten. Vi använder oss av metoden CRAFT, Community Reinforcement Approach and Family Training.

Anhöriga som deltagit i CRAFT har enligt forskning visat mindre ångest och depression samtidigt som de fått strategier för att förbättra kommunikationen och stödja den närstående, med alkohol- och drogproblematik, till att söka hjälp.

## Syfte med metoden

CRAFT:s huvudmål är:

- att förbättra den anhöriges välmående; känslomässigt, fysiskt- och relationsmässigt.
- att förbättra relationen mellan familjemedlemmar
- att minska/eliminera den närståendes beroende av alkohol, droger och spel.
- att engagera närstående att påbörja behandling.

## Så här går det till

Vi träffas tisdagar kl. 18-20 och startar när tillräckligt många anmält sig. Mötena genomförs tio gånger.

Lokal: Högländssjukhuset Nässjö, hus 04, Konferensrum D.

Det är kostnadsfritt att delta.

Inga journaler förs, personal har tystnadsplikt och kontrakt skrivs mellan gruppmedlemmarna.

## Frågor och anmälan

Vänd dig till Pernilla Sturesson på Rådgivningsbyrån via samtal eller SMS på 072-452 95 22.

Alternativt skicka e-post till [pernilla.sturesson@nassjo.se](mailto:pernilla.sturesson@nassjo.se).

Välkommen!