

**Er du kronisk syg?**

# Find livsglæden trods kronisk sygdom

Har du lyst til at hjælpe dig selv og andre,  
så er dette gratis selvhjælpstilbud måske  
noget for dig?



Frivilligcenter  
Furesø

Formålet med tilbuddet:

- Du får hjælp til at tale med andre om dine tanker og følelser
- Du får hjælp til at acceptere de ændringer, som sygdommen evt. skaber i din familie eller på arbejdet
- Du får hjælp til at se muligheder frem for begrænsninger i dit liv med kronisk sygdom
- Du indser, at du ikke er alene i din situation
- Du får mulighed for at øve dig i at bede om og modtage hjælp fra dine nærmeste og andre
- I gruppen taler vi om de ændringer sygdommen skaber for dine nærmeste samt i din eventuelle fremtidige arbejdssituation



Det sker tit, at vi mennesker, der er kronisk syge, føler os over set og har vanskeligt ved at finde den rigtige balance i forhold til os selv, især vores medmenneskers opfattelse, og hvordan vi griber det hele an. I gruppen taler vi om de følelser, udfordringer og hvad der ellers ligger os på sinde, og som volder os problemer i forhold til vores livssituation

Tilbuddet er gratis og anonymt og foregår i Frivilligcenter Furesø

Tid og sted:

**Vi mødes torsdage i ulige uger kl. 15.00 – 17.00**  
**Første gang er den 26-04-2018.**

**I Stien Kultur-og Aktivitetscenter**  
**Paltholmterrasserne 1**  
**3520 Farum**

(Er du i bil kan du parkere ved at benytte indgang fra Paltholmvej)

**Vi holder ferie i juli og august. Hvis du har nogle spørgsmål, så skriv eller ring til centerleder Anders Poulsen, E-mailadresse: anders@frivilligfuresoe.dk Tlf.: 50 47 15 62**

**Vi glæder os til at se dig!**

*Nogle gange vil jeg bare løbe væk  
fra mit liv, men jeg ved det ikke vil  
løse nogen problemer. Så jeg vælger at  
blive og kæmpe...*



**Frivilligcenter  
Furesø**