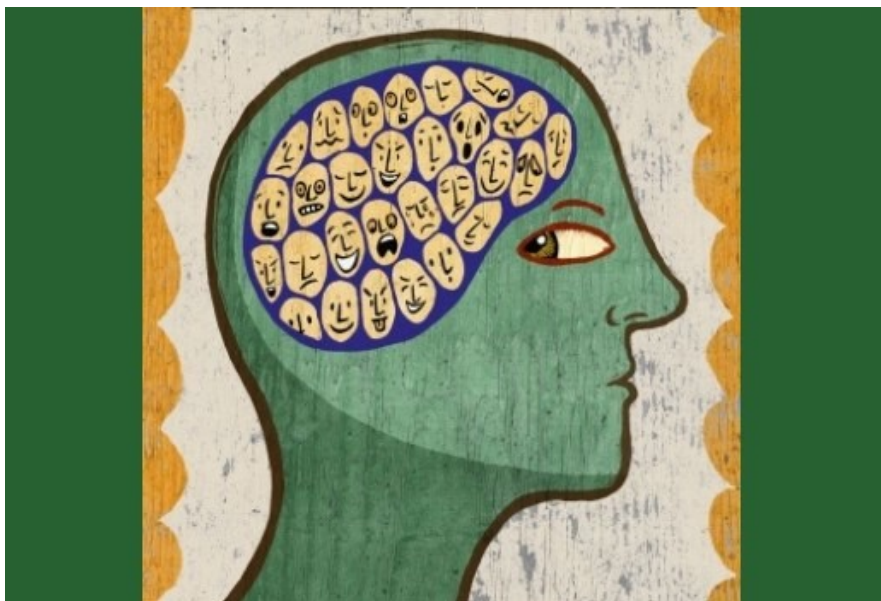


Kontakt

I er altid velkomne til at kontakte os for yderligere information.

Helle Johansen
hejo@kerteminde.dk
Tlf. 23 71 03 43

Laila Eriksen
lze@kerteminde.dk
Tlf. 23 88 57 69



Stemmehøregruppe



Stemmehøregruppe i Kerteminde kommune

Et tilbud til dig, der hører stemmer.

Idéen med gruppen

- Dele dine erfaringer med andre stemmehører.
- Spejle dig i hvordan andre lever med deres stemmer.
- Bedre forstå dine stemmer.
- Få strategier til at mestre stemmer.
- Lære en ny måde at beskrive stemmerne på.
- Et forum hvor stemmerne er velkommen.

Udsagn fra stemmehører der har deltaget i stemmehøregruppe.

- ”Jeg får en pause fra at skulle forklare, hvorfor det er svært at være mig, og så får jeg masse idéer, til hvordan jeg kan klare hverdagen”
- ”Det betyder rigtig meget for mig, da jeg lærer af de andres oplevelser. Jeg føler også, at jeg ikke er alene og, så er det rart at få nogle andre vinkler på ens oplevelser med stemmer.. De andre forstår mig.
- ”Det er mega dejligt at kunne snakke med andre, som kan sætte sig ind i, hvordan man har det”

I gruppen

Gruppemedlemmerne beslutter i fællesskab, hvad et møde skal indeholde.

Det kan være:

- Hvordan det er at leve med stemmer.
- Udveksling af strategier/erfaringer.
- Hvad der er sket siden sidst.
- Et lille oplæg om et emne, hvis der er ønske om det.

Der er naturligvis tavshedspligt i gruppen

Stemmehøregruppe:

Gruppen består af 5-6 medlemmer, der hører stemmer og to tovholdere, I gruppen vægtes tryghed og åbenhed højt.

Vi mødes 1 gang om ugen 1 time
torsdag kl. 15.00 på
Kerteminde bibliotek
Strandvejen 4
5300 Kerteminde

Opstart

Hvis dette lyder som noget for dig kan du kontakte medarbejder i socialpsykiatrien.
Helle 23 71 03 43 eller Laila 23 88 57 69
og høre mere om tilbuddet.
Herefter vil der være en forventningssamtale med de to gruppeledere.