LIVSSAMTALER / LIVSGRUPPE

Syddjurs tilbyder forebyggende Livssamtaler til borgere 65+ år med nedsat trivsel.

Idet ældre oplever flere belastende livsforandrende begivenheder end andre aldersgrupper, er de i højere risiko for mistrivsel og skrøbelighed. Tilbuddet er relevant til borgere som kæmper med eksistentielle problematikker som:

- dårligt helbred og tab af funktionsevne
- tab af nærmeste
- identitetstab ved overgang fra arbejdsliv til seniorliv
- livets afslutning presser sig på
- udskrivning fra sygehus eller afslutning på rehabiliteringsforløb

Tilbuddet består af et holdforløb eller op til 8 individuelle samtaler. Det afklares ved en vurderingssamtale om borgeren vil kunne profitere af tilbuddet, samt hvilket tilbud der i givet fald er relevant.

Tilbuddet er gratis og kræver ingen henvisning.



Kontakt:

Helena Protopapas
Psykoterapeut, MPF

Tlf. 20 18 78 23
Mail: livssamtaler@syddjurs.dk

Telefontid tirsdag kl. 12 - 13

LIVSGRUPPE:

- 7 gange
- Temaer og plads til personlige tanker
- Små øvelser, refleksionsopgaver, hjemmetræning

1. Gruppekultur & eksistentielle temaer
2. Livets forgængelighed
3. Bekymringsstrategier & opmærksomhed
4. Værdier & egenomsorg
5. Fra offer til frigjort (Ansvar)
6. Min livshistorie
7. Integrering i hverdagen