



STÖDGRUPP FÖR BARN OCH UNGDOMAR

Lina och Linus

Gruppverksamhet för barn och ungdomar som lever med bråk och konflikter i familj, med missbrukande förälder, eller förälder som lider av psykisk ohälsa.

Du är inte ensam!

Vi vet att du inte är ensam om din situation.

Det är många barn och tonåringar, fler än man kan tro, som lever i en familj där det finns någon form av problem eller krångel.

Det kan vara:

- Bråk och osämja, exempelvis på grund av en skilsmässa.
- Riskbruk/beroende av alkohol eller droger hos någon i familjen.
- Psykisk ohälsa, exempelvis depression och panikångest.

Detta kan göra att du som barn inte mår bra. Du har kanske många frågor och du vet inte vem du ska prata med om detta. Då är det bra att veta att det här i kommunen finns en gruppverksamhet som heter "Lina och Linus". Den riktar sig till barn och ungdomar. Vi som arbetar har tystnadsplikt och vi för ingen registrering eller dokumentation.

Varför är det bra att gå i grupp på Lina och Linus?

- Du får träffa andra i din ålder, som lever i liknande situationer och som vet hur det är.
- Du känner att du inte är ensam.
- Du får möjlighet att ställa frågor, sätta ord på känslor och behov.
- Du får vara i en kravlös gemenskap där det som sägs, inte förs vidare till någon.

Vad gör vi på Lina och Linus?

Vi fikar, har det mysigt, leker och har roligt.

VI PRATAR OM ATT:

- Det inte är ditt fel att det är som det är i familjen.
- Det är inte ditt ansvar att göra så att familjen mår bra igen.
- Du får kunskap om olika saker.
- Du kan få nya tankar, som gör att du klarar av olika situationer bättre.
- Du och dina tankar och känslor är viktiga!

Bra för dig att veta

- Vi berättar aldrig för någon annan utanför gruppen vem som mer går där eller vad som sägs i gruppen. Det gäller för både ledare och deltagare.
- Vi ledare har tystnadsplikt.
- Det kostar inget att gå i gruppen.

Gruppen träffas totalt 10–15 gånger, en gång i veckan. Vi ses alltid efter skoltid och håller på i cirka två timmar per gång.



Vill du vara med?

Kanske testa några gånger
innan du bestämmer dig?

Eller vill du bara veta mer?

Du är välkommen att ringa, skriva eller
be någon vuxen om hjälp att nå oss.

VERKSAMHETSANSVARIGA:

Maria Lagergren, diakon

Torsby pastorat

Telefon: 0303-20 68 33

E-post: maria.lagergren@svenskakyrkan.se

Anette Andheimen, familjebehandlare/stödgruppsledare

Kungälv kommun

Telefon: 0303-23 94 33

E-post: anette.andheimen@kungalv.se