



Psykosociala  
förbundet

# Kurs: Att lära mig leva med bipolärhet

**Arrangör:** Psykosociala förbundet r.f

**Plats:** Backby gård, Esbo

**Tid:** 27-30.10.2022

**Ansökan senast:** 25.9.2022

**Målgrupp:** Vuxna personer med diagnosen bipolär och med psykosociala funktionshinder från hela Svenskfinland

**Målsättning:** Att lära sig leva med sjukdomen bipolär. Lära dig att känna igen dina svängningar och hur du bemästrar dem. Få stöd och att hitta verktyg för en bättre vardag. Metoderna under kursen är föreläsning och gruppdiskussioner samt att träffa andra med liknande erfarenhet och få stöd och kunskap genom kamratstöd.

**Kostnader:** kursen är helt avgiftsfri, inkl. kost, logi och resekostnader enl. billigaste färdmedel.

**Ansökan till kursen sker enklast via vår hemsida**

**<https://www.fspc.fi/kurser/vara-kurser>**

Eller ansökningsblanketter kan beställas via Camilla

Ansökan skickas till: Psykosociala förbundet r.f

Kursverksamheten

Kanalesplanaden 19 B 13

68 600 Jakobstad

**Vi tar inte emot anmälningar per e-post.**

För mera information kontakta kursverksamheten:



Chef för kurs- och rådgivningsverksamheten  
Ann-Charlott Rastas  
Tel: 050-3688891  
ann-charlott.rastas@fspc.fi



Rådgivare  
Camilla Roslund-Nordling  
Tel: 050-4096640  
camilla.roslund-nordling@fspc.fi

**Vi behöver varandra**

