



Psykosociala
förbundet

Kurs; Depressionsskola

Anpassningskurs

Arrangör; Psykosociala förbundet r.f

Plats; Backby herrgård, Esbo (tidigare Kaisankoti)

Tid; 22-25.10.2020

Ansökan senast 18.09.2020

Målgrupp; Vuxna personer med depressions symptom och med psykosociala funktionshinder från hela Svenskfinland

Målsättning; Att lära sig att förebygga och hantera depressionstillstånd. Målet med kursen är att med självhjälpsmetod, föreläsning och gruppdiskussioner få verktyg för att förkorta depressionepisodens längd och göra depressionepisoderna mindre kraftiga. Träffa andra med liknande erfarenhet och få stöd och kunskap genom kamrattstöd.

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 kan beställas via Pia eller Camilla

Ansökan skickas till; Psykosociala förbundet r.f

Rehabiliteringen

Kanalesplanaden 19 B 13

68 600 Jakobstad

Vi tar inte emot ansökningar per e-post.

För mera information kontakta rehabiliterings- och anpassningsverksamheten;



Kurskoordinator
Pia Rosengård
Kanalesplanaden 19B 13
68600 Jakobstad
Tel: 050-5142295
pia.rosengard@fspc.fi



Rehabiliteringsrådgivare
Camilla Roslund-Nordling
Kanalesplanaden 19B 13
68600 Jakobstad
Tel: 050-4096640
camilla.roslund-nordling@fspc.fi



Vi behöver varandra