



Ledsen

Trygg

Levande



Kvällskurs 22 - 24 Maj

Känslonack

Denna föreläsningsserie innehåller teman som: känslor och grundkänslor, självkänsla och självförtroende, ångest, förluster och sorg samt skam och skammens olika ansikten. Under tre kvällar får ni möjlighet att lyssna till Peter Roth samt dela erfarenheter kring seriens tema.

Peter Roth är sorgbearbetare, mindfulness instruktör, sömncoach och mycket mer. Han arbetar som alkohol- och drog terapeut på Stockholms beroendeklinik. Han är författare till boken *Livet hivet döden*.

Du medverkar på alla tre tillfällen och ni träffas tre kvällar i rad. Det kommer att finnas enklare mat att äta under kvällen.

DATUM & TID: 22-24 Maj kl. 17.30-19.30

PLATS: ABFs lokaler på Sveavägen 41
(tunnelbana: Rådmansgatan)

FÖR VEM: För dig som lever med hiv och bor i Stockholmsregionen. På svenska.

ANMÄLAN: Först till kvarn, begränsat antal platser. Sista dag för anmälan 16 maj. Kontakta Emma Olsson på emma.olsson@noaksark.org eller på 08-7004601 om du har några frågor.



Anmäl dig här