



Kamratstöd för våldsutsatta, kom med på kursen

# Fri från förtryck!

Du som upplever eller har upplevt våld, förtryck eller toxiska människorelationer kom med i en grupp med andra som upplevt liknande saker, få kunskap, kamratstöd och hitta modet att gå vidare med ditt liv.

Folkhälsan ordnar i samarbete med SensiCoach en sluten stödgrupp på Teams där vi under fem kurskvällar jobbar med konkreta steg mot en bättre tillvaro. Kursstart är 20.9.2022. Varje träff är 1,5 h och innehåller föreläsning, gruppdiskussioner och övningar. Inga kostnader. Kursen leds av Britt-Helen Tuomela-Holti och Nina Stark. För mera info, [britt-helen.tuomela-holti@folkhalsan.fi](mailto:britt-helen.tuomela-holti@folkhalsan.fi). Anmälan senast 30.8 till gruppen: <https://kurser.folkhalsan.fi/kurser/visa/13690-18fm0018010-kurs-for-valdsutsatta>