

# Anhörigkurs CRAFT

Är du anhörig till en person med skadlig konsumtion av alkohol eller narkotika?

## Anhörigprogram CRAFT

CRAFT står för ”Community Reinforcement Approach and Family Training”. Det är ett program som utvecklats för att hjälpa närstående att må bättre och att stödja en person med beroendeproblem till att söka hjälp.

Programmet bygger på kognitiv beteendeterapi (KBT). Utgångspunkten är att du som närstående har bäst inblick i den andres beteendemönster och därmed även god möjlighet att påverka hen. För de anhöriga har deltagandet i CRAFT inneburit minskad ångest, ilska och depression och en större förmåga att sätta gränser och bekräfta sina egna behov.

## Praktisk information

**Gruppstart:** Tisdag 1 oktober 2024. Begränsat antal platser.

**Tid:** kl. 16.00-18.00

**Antal tillfällen:** 8

**Plats:** Öppenvårdsenheten Garvaregränd 4, Ulricehamn

Vill du anmäla dig till gruppen eller veta mer?

**Kontaktperson:** Ewa Hedlund

**Telefon:** 0766-43 56 84

**E-post:** [eva.hedlund@ulricehamn.se](mailto:eva.hedlund@ulricehamn.se)

**Kontaktperson:** Katarina Linder

**Telefon:** 0766-43 68 14

**E-post:** [katarina.linder@ulricehamn.se](mailto:katarina.linder@ulricehamn.se)