



# NYHETS-BRIS

jan/feb 2017



Foto© Velaug Woldstad

**Sola har snudd  
det går mot lysere tider**

# PÅRØRENDE GRUPPE



Velkommen til gruppe for pårørende hver tirs. kl.13.00-15.00. Grappa er åpen, det betyr at du ikke er bundet til å komme et visst antall ganger. Trenger du å møte andre i samme situasjon, "luften ut" eller ta opp en utfordring én gang, er du hjertelig velkommen til det.

**Temaer kan være hva som helst. F.eks:**

Hvordan støtte? Hvem skal vite? Hva med resten av familien? Hva når overgriper er "familien"? Hvordan forholde seg til hjelpeapparatet? Har du spørsmål ta kontakt med oss på BRiS.

# GRENSER

Onsdag 15. feb. kl. 17.00-19.00  
Ellen jobber kunst-terapeutisk med grensesetting. På melding til BRiS 32 04 58 00, eller på liste på tavla. Velkommen!



## MY PERSONAL AREA



Du finner mer info om BRiS på [www.brisenter.org](http://www.brisenter.org) se også kalender

BRiS tar forbehold om eventuelle endringer.

# Dette skjer på BRiS i jan. og feb.:

Se også info på [www.brisenter.org](http://www.brisenter.org) -kalender



## FELLES LUNSJ hver tirs. 11.00-12.30

Espen dekker bord til et godt måltid mat hver tirsdag. Velkommen til å delta sammen med oss. Det kommer info på SMS til alle som ønsker det. Gi beskjed til Espen om matallergi.

## UT AV HUSET hver fre. 12.00-14.00

Ofte blir det gåtur i åsen eller i byen. Noen ganger drar vi på bowling eller kino. En gang i mellom drar vi på Drammensbadet. Det kommer info om type aktivitet på SMS. Snakk med Khanh ☺

Fysisk aktivitet = bedre psykisk helse. Bli med da vel ☺

## SPILLEKVELD

Onsdag 18. jan. kl. 17.00-19.00. Frøydig finner fram spill og lager vaffelrøre. Vi har kjøpt Uno, Stablespill og Stigespill ☺ Ta gjerne med et eget spill. Påmelding på lista på tavla. Velkommen!



## BRUKERUNDERSØKELSE

Det er viktig for oss, så langt det er mulig å tilpasse tilbudene på BRiS til brukernes behov og ønsker. Vi har derfor hvert år en brukerundersøkelse. Man. 6. feb. til fre. 31. mars, vil det ligge skjema i lokalene til BRiS. Vi håper du tar deg tid til å svare på skjemaet. På forhånd takk ☺

**Det blir Allmøte ons. 26. april. Mer info kommer.**

**Det kommer info om aktivitetene på BRiS til alle som ønsker det. Gi beskjed ☺**



## KREATIV GRUPPE

Har **du** lyst til å være med i kreativ gruppe våren 2017? **Du trenger ingen forkunnskaper eller ”være kreativ” for å delta.** Det blir 8 samlinger, med møte annenhver mandag. Det vil bli jobbet med kreative uttrykksformer. Dersom du ønsker å vite mer om kreativ gruppe eller delta i ”neste runde”, snakk med Ellen, evt. gi beskjed til en av oss på BRiS. Vi skriver deg på lista 😊



## TEMADAG for samarbeidspartnere 9. mars



Dagen er også åpen for brukere.  
Tema er:  
*Er´e mulig...*  
*Vold og overgrep mot menn.*  
Mer info om pris og påmelding kommer.

***NB! Gi beskjed dersom du ønsker SMS om aktivitetene på BRiS.***

  
**BRiS**

Buskerudregionens kompetanse – og støttesenter mot incest og seksuelle overgrep

**Kontakt oss:**

Hauges gate 1, 3019 Drammen tlf 32 04 58 00  
bris@drmk.no [www.brisenter.org](http://www.brisenter.org)

