

Välkommen till gruppen

Jag fixar det själv!



Syftet med gruppen är att du ska öka din självständighet. Du kommer också att få lära dig mer om din diagnos.



Du kommer få träffa och lära känna andra personer i liknande ålder. Alla som är med i gruppen har diagnosen lindrig intellektuell funktionsnedsättning.



Vi kommer tillsammans laga lättare måltider och använda appen MatGlad.



Vi tittar på olika filmer som handlar om vad diagnosen lindrig intellektuell funktionsnedsättning innebär. Efteråt pratar vi om innehållet.



Du kommer få information om olika hjälpmedel som kan underlätta för dig att bli mer självständig i vardagen.



Vi kommer tillsammans att komma på bra tips och trix för att klara vardagsaktiviteter själv.



Vi kommer även göra olika aktiviteter.

VÄLKOMMEN!

