

Áfallameðferð í hópi fyrir konur

Öryggi, stöðugleiki og sjálfsumönnun



Rótin og Grænahlið bjóða tíu vikna áfallameðferð í hópi fyrir konur með áfallareynslu. Áhersla er á öryggi, sjálfsumönnun, bjargráð og tilfinningalegan stöðugleika.

10 vikur

Fimmtudagar

Lokaður hópur

Næsti hópur

- 24. september til 26. nóvember 2026
- Kl. 15:15-16:30 á fimmtudögum
- Grænahlið fjölskyldumiðstöð
- Sundagarðar 2, 104 Rvk.

Verð er 75.000 kr. alls

7.500 kr. fyrir hvern 75 mín. fund

Kanna má rétt til styrkja hjá stéttarfélagi, Vinnumálastofnun eða félagsþjónustu

Skráning



<https://rotin.is/afallamedferd-fyrir-konur/>

- Margrét Louise Gunnarsdóttir, sálmeðferðarfræðingur MSc og sérfræðingur í geðsjúkráþjálfun með áfallameðferð sem sérvið.
- Harpa Katrín Gísladóttir, sálfræðingur með cand.psych. gráðu.

Engin krafa er um að deila eigin áfallareynslu eða segja frá áföllum í hópnum