

Sitater fra Pårørende etter Ta Tak kurs



Jeg har mer innsikt og mestringsfølelse. Der ser lysere ut.



Jeg har håb om å leve et godt liv, tross det onde.



Jeg har fått større tillit til offentlige
hjelpeminstanser.



Det er godt at snakke med andre der forstår.



Understanding
is much deeper than knowledge.
There are *many* who know you,
but very few who understand *you*.

Jeg er tryggere på å snakke med andre.



Det er godt å bli møtt med så mye godhet og varme.



Jeg er tryggere på «retten» til å verne om meg selv.



Jeg er ikke alene!



Jeg prøver å hjelpe meg selv mer og «den syke» mindre.





Nå er jeg bedre i stand til å ta vare på meg selv og andre i familien.

A bird sitting in a tree is not afraid of the branch breaking, because her trust is not in the branch, but in her own wings.



Jeg vil ikke være medafhængig længer!



Endelig er det noen som har tid til meg.

