

Vill du prata med någon som förstår?

Vårt **digitala mentorskap** vänder sig till dig som är närstående eller drabbad av ett självska debeteende och/eller en ätstörning.

I mentorskapet erbjuds du ha regelbunden kontakt med en mentor i upp till 10 månader via chatt och/eller mail.

Mentorn har egen erfarenhet av självdestruktiva beteenden, antingen som närstående eller tidigare drabbad.

Genom att lyssna och vägleda erbjuder mentorn ett personligt stöd i tillfrisknandet. Mentorskapet är ett medmänskligt stöd som inte ersätter professionell hjälp.

Om du vill kan du vara **anonym** i vårt mentorskap.

Läs mer om mentorskapet och ansök om att få en mentor på vår hemsida: www.shedo.se/mentorskap

