



## BUFF ÖSTERGÖTLAND

### Enskilt samtal – fysiskt eller digitalt

Det kan vara skönt att prata med någon som har erfarenhet av att möta barn och familjer som har en frihetsberövad familjemedlem. Vi vet att man kan ha många frågor när en familjemedlem frihetsberövas och att det kan vara skönt att sätta ord på alla känslor.

Vi vill stötta på det sätt som blir bäst för varje enskild individ. Därför erbjuder vi många sätt att samtala. Om du vill ha ett fysiskt möte, men har svårt att ta dig till vår lokal i Norrköping, kan vi komma till dig! Andra föredrar att få sitt stöd digitalt till en början – där är mail, chatt och telefonsamtal bra alternativ.

### Aktiviteter

Det kan vara tufft när en familjemedlem frihetsberövats, ekonomin kan påverkas och energin kanske inte alltid finns för att barnen ska kunna få en rolig stund. Buff anordnar aktiviteter och utflykter för hela familjen regelbundet! Om ni som familj inte tidigare deltagit i våra aktiviteter, men skulle önska det så vill vi gärna att du tar kontakt med oss så att vi först får träffa hela familjen.

### Öppet hus

Varje vecka har vi öppet hus! Då hittar vi på allt möjligt, spelar spel, gör TIKTOK-challenge, pysslar eller bakar för att nämna några exempel. Vi bjuder alltid på någonting att äta. I vår lokal i Norrköping har vi en önskelista där alla deltagare på öppet hus får fylla i vad de önskar till kommande öppet hus. Önskelistan har varit allt från att göra

hemmagjord sushi, DIY-projekt, och spela ett särskilt spel!

Det finns varken förväntan eller krav på att berätta att berätta om den frihetsberövade föräldern.

Öppet hus sker oftast i vår lokal i Norrköping, men för att kunna träffa så många barn som möjligt anordnar vi regelbundet öppet hus i andra delar av Östergötland.

För detaljer, frågor, få stöd och anmälan till våra aktiviteter kan du nå oss via mail, telefon eller sms:

**Antonia**  
[antonia@buff.se](mailto:antonia@buff.se)  
072-0707914

**Stefan:**  
[stefan@buff.se](mailto:stefan@buff.se)  
070-7607597

**Kent:**  
[kent@buff.se](mailto:kent@buff.se)  
072-0702097