



Digital samtalsgrupp för anhöriga till förälder med kognitiv sjukdom

Att stödja en förälder samtidigt som man kanske själv befinner sig mitt i livet kan vara oerhört påfrestande. I gruppen får ni dela era erfarenheter, upplevelser och känslor med varandra. Vi diskuterar strategier för att själva orka med och må bra!

Vi ses över Teams och det är helt ok att äta sin ev. lunch samtidigt!

Datum:

21/8

18/9

16/10

13/11

11/12

Tid: kl. 12.00 - 13.00

Anmälan krävs och görs till
hanna.slotte@upplands-bro.se
Tel: 08 - 562 487 46