

Program för Anhörigstöd våren 2023

För anhöriga till personer med psykisk ohälsa, funktionsnedsättning långtidssjuka och äldre. Vänligen kom doftfri till våra föreläsningar och aktiviteter.



Samtalsgrupper anhöriga till någon med psykisk ohälsa

Vi startar samtalsgrupper löpande under året och vänder oss till dig som är anhörig till någon som har psykisk ohälsa. Vill du veta mer eller anmäl dig via e-post till anhorigstod@lulea.se

Samtalsgrupp anhörig till någon som är långtidssjuk eller äldre

Vi startar samtalsgrupper med temat "Hållbar anhörig" löpande under året. Vill du veta mer eller anmäl dig via e-post till anhorigstod@lulea.se

Öppen anhöriggrupp

Sista måndagen varje månad kl. 13.30-15.30

För dig som vårdar eller stödjer någon i din närhet som är långtidssjuk eller äldre. Plats: Bergvikens anhörigcentrum, konferensrummet Majvägen 22. Ingen anmälan

Anhörigträff för dig som är 18 till 35 år och har en förälder med kognitiv sjukdom/demens

Torsdag 23 februari kl. 18-20

Information, möjlighet att ställa frågor och träffa andra i liknande situation. Glöm inte att meddela allergier. Plats: Bergvikens anhörigcentrum Majvägen 22. Anmälan senast 22 februari via e-post till anhorigstod@lulea.se

Hälsofrämjande Friskvårdsaktiviteter för dig som anhörig

Vi kommer att erbjuda dig att delta i en kostnadsfri hälsofrämjande grupp för att stärka kropp och själ i samverkan med Vuxenskolan Luleå. Mer information kommer inom kort

Föreläsning av dietist Malin Sand

Tisdag 21 mars kl. 18-19.30

Malin kommer från region Norrbotten och pratar om att "Må bra med mat genom hela livet" Vi serverar stärkande smoothies. Glöm inte att meddela allergier Plats: Bergvikens anhörigcentrum Majvägen 22. Anmälan senast 17 mars via e-post till anhorigstod@lulea.se

Teaterföreställning "Jag springer"

Tisdag 9 maj kl. 19-20

Vi bjuder dig som anhörig på en kostnadsfri teaterföreställning av Line Mörkeby. Föreställningen är en monolog om att undfly sorgen. Vi bjuder på enklare fika efter teatern. Glöm inte att meddela allergier. Plats: Norrbottens teatern, Norra Strandgatan 3-5 Anmälan senast 8 maj via e-post till anhorigstod@lulea.se