

KAMRATSTÖDSTRÄFF ut i naturen



Hej du som är närståendevårdare eller har omsorg om en nära anhörig!

Kom med på en eftermiddagspromenad tillsammans med erfarenhetsmentorerna Margareta Björkman och Rita Skaug-Nylund som båda varit närståendevårdare.

Vi träffas utomhus tillsammans med andra i liknande livssituation. Efter en promenad i Östanpåterrängen samlas vi för att njuta av kaffe och tillugg. I händelse av riktigt dåligt eller kallt väder (-12 köldgräns) träffas vi för en samtalsstund inomhus i stället.

Vi samlas vid nedre parkeringen vid Östanlid varannan måndag kl 13:00 (udda veckor) enligt följande:

Måndag 15.1 kl 13.00
Måndag 29.1 kl 13.00
Måndag 12.2 kl 13.00
Måndag 26.2 kl 13.00
Måndag 11.3 kl 13.00
Måndag 25.3 kl 13.00
Måndag 8.4 kl 13.00
Måndag 22.4 kl 13.00
Måndag 6.5 kl 13.00

Varmt välkommen med! Ingen anmälning behövs.

Vid frågor kontakta:

Anki Elvström 050-4676657, anki.elvstrom@folkhalsan.fi

Margareta Björkman 0400-450398 margareta.bjorkman@multi.fi

Rita Skaug-Nylund 044-3506406 rita.skaug-nylund@gmail.com