

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 (jämn veckor) enligt följande:

Måndag 4.9 kl 13.00

Måndag 18.9 kl 13.00

Måndag 2.10 kl 13.00

Måndag 16.10 kl 13.00

Måndag 30.10 kl 13.00

Måndag 13.11 kl 13.00

Måndag 27.11 kl 13.00

Varmt välkommen med! Ingen anmälan 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