



## Anhörigstöd bjuder in till anhörigcaféer i sommar

Du är inte ensam – välkommen att träffa andra som också stöttar en person på grund av ålder, långvarig sjukdom psykisk eller fysisk funktionsnedsättning och beroendeproblematik.

- Har din livskamrat drabbats av en sjukdom eller en olycka?
- Stöttar du en äldre förälder?
- Har ditt barn en funktionsnedsättning eller psykisk ohälsa?
- Kanske är du syskon till en person som har ett missbruk eller beroende?
- Har din vän drabbats av sjukdom?

Som anhörig är du ovärderlig men ibland behöver du också få stöd och tid för dig själv för att orka.

Välkommen att trivas i ett socialt sammanhang där du träffar andra i liknande situation. Vi ses över en fika och samtalar om det som ger glädje och kraft. Att känna att man inte är ensam och utbyta erfarenheter med varandra kan upplevas som en lättnad och tröst.

Anhörigstöd bjuder på fika. 8 platser, minst 4 anmälda.

**Datum:** 25/6, 2/7, 23/7, 30/7.

**Tid:** Kl 14.00-15.30

**Plats:** Anhörigstöds lokal, Östra Kvarngatan 4. Ring på dörrklockan så kommer vi och öppnar.

**Hör av dig senast kl 12 dagen innan och tala om att du kommer, mejla oss på [anhorigstod@nykoping.se](mailto:anhorigstod@nykoping.se) eller välkommen att ringa 0155-45 74 10.**