

Inbjudan till Anhöriggrupp – för dig som stöttar eller vårdar din partner i hemmet



**Gruppen kommer träffas vid 7 tillfällen på
tisdagar kl. 10–12 med start 1 oktober 2024.**

Är du över 65 år och stöttar eller vårdar din partner i ert gemensamma hem? Vill du dela den erfarenheten med andra?

Innehåll och upplägg

Gruppen leds av två ideella cirkelledare. Vi använder oss av Bräcke Diakonis material *I nöd och lust*. Genom filmer och samtal närmar vi oss frågor som kan vara svåra att prata med andra om. Det samtalen kommer att handla om är förändringen från att vara jämbördiga partners till att leva med en partner med omsorgsbehov. Om kärlek, sorg, frustration. Hur ska det bli i framtiden? Hur ska jag orka?

Som deltagare får du möjlighet att prata med andra i liknande situation och ges tillfälle att reflektera kring din vardagssituation.

- 1 **Uppstart:** Vi lär känna varandra.
- 2 **Förändringen:** Om förändringen från att vara partners till att leva med en partner med omsorgsbehov.
- 3 **Flytten:** Om frågan kring särskilt boende.
- 4 **Risken:** Våld, övergrepp och kränkningar.
- 5 **Oprat:** De vuxna barnen, vännerna och ensamhet.
- 6 **Oprat:** Döden och hur livet blev.
- 7 **Avslutande träff:** Gruppen väljer ämne.

Datum: 1 och 8 och 22 oktober, 5 och 19 november, 3 och 17 december.

Tid: kl. 10-12.

Kostnad: 175 kr (faktureras). Smörgås samt kaffe/te serveras.

Plats: Anhörigcentrum, Tulegatan 8.

Anmälan och frågor: Anmäl dig **senast 23 september** på telefon 019-21 32 30 eller mejla anhorigcentrum@orebro.se. Uppge personnummer, telefonnummer, adress samt eventuell specialkost. Om du mejlar får du en bekräftelse från oss på att du fått en plats.

Deltagarantal är max 9. Vid få anmälningar ställs gruppen in.

I samverkan med

