

Pårørendekafe

Sagatun Brukerstyrt Senter inviterer i samarbeid med Landsforeningen for pårørende (Midt-Hedmark) til pårørendekafe.

Det å være pårørende til noen som sliter med psykiske helse og/eller rusutfordringer kan oppleves utfordrende både følelsesmessige og praktisk. På kafeen på Sagatun- et støttede felleskap- vil vi ha fokus på deg som pårørende, og du vil møte andre som er i samme situasjon som deg. Sagatun og LPP arrangerte pårørendekafe på Sagatun før jul- Et pusterom i julestria. Pårørende som deltok kom med mange innspill på ønskede temaer, informasjon og foredrag som kan bidra til økt mestring i hverdagen, og som vi vil ta tak i videre. Vi vil fremover møtes en gang i måneden der vi tar opp ulike temaer knyttet til det å være pårørende.



Datoer for pårørendekafe på Sagatun i samarbeid med LPP vil i første halvår av 2019 være tirsdager:

05.03.19 Klokken 18:00-20:00

07.05.19 Klokken 18:00-20:00

04.06.19 Klokken 18:00-20:00

Gratis kaffe/te, og noe å bite i.

For mer informasjon og beskjed om du kommer kontakt Heidi Bugge Nilsen ved Sagatun Brukerstyrt Senter på Hamar, Tlf: 404 94 233 og/eller Steinar Frøseth LPP Midt- Hedmark. Tlf: 926 64 718.

Sagatun Brukerstyrt Senter ligger i Sagatunveien 47 A. 2317 Hamar

Vi ønsker alle hjertelig velkommen

