

Hvordan kan vi være der for hverandre når livet blir vanskelig?

Livet går opp og ned. Når noen vi bryr oss om har det vanskelig, er det ikke alltid så lett å vite hva du skal gjøre.

Invitasjon

- foredrag og samtale onsdag 28. november kl. 18.00–20.00

Oppegård kommune og Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse ønsker å invitere alle som lever med noen eller kjenner noen som har det vanskelig. Vi kommer til å legge vekt på hvordan vi kan stille opp for hverandre og samtidig sette grenser – når vi trenger det.

Det blir korte innlegg med dette som tema og tid til felles samtale og spørsmål i etterkant.

Her vil du få **høre og snakke med** tre dyktige fagpersoner:

- René Gjøg, virksomhetsleder, Psykisk helsetjeneste
- Lotta Sjøfjell, psykolog, Forebyggende psykisk helsehjelp
- Irene Svendsen, leder, Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse

Kommer du?

Hvor: Kolben, 4. etasje, Psykisk helsetjeneste

Når: Onsdag 28. november kl. 18.00–20.00

Det blir enkel servering og kaffe.

Deltakelse er gratis og det er ingen påmelding.

Hjertelig velkommen!