



Invitasjon til **samtalegruppe/pårørendegruppe**.

Håper du vil delta i høsten samtalegruppe/pårørendegruppe i regi av LPP Asker og Bærum. **Kristin Ulrikke Hauglin**, spesialsykepleier i Psykisk helsearbeid er vår kursleder!

I gruppemøtene vil vi i stor grad basere oss på opplegget i boka NÆR. Dette er en mestringsbok for pårørende som ble lansert av Pårørendesenteret i Oslo (PIO) i 2016. Boka retter seg først og fremst mot pårørende innenfor psykisk helse feltet. Boka vil gi pårørende nye perspektiver og praktisk informasjon, tips og verktøy som kan være nyttig i møte med:

- Den som er syk
- Helsetjenesten
- Hverdagen
- Barn
- Deg selv

Det arrangeres gruppemøter 6 kvelder i høst. Første møte vil være;

Tid: **Tirsdag 11. oktober kl. 1900-2100**, og deretter de påfølgende 5 tirsdagene.

Sted: **Hasselbakken i Asker**. Adresse: Askerveien 47, 1384 Asker (Sentralt i Asker sentrum, offentlig parkering rett utenfor).

Det blir enkel servering med kaffe og te - med noe attåt. Det er gratis å delta for medlemmer i LPP Asker og Bærum.

Påmelding til LPP Asker og Bærum ved Espen Løken (esp1lok1@gmail.com) innen 26. september. Har du spørsmål, kontakt Espen Løken på tel. 91849707.

Begrenset antall kan delta (6-8). Vi synes det derfor svært viktig at de som melder seg på, faktisk deltar på møtene. Vi ser til å bli kjent med dere i gruppen!