

Välkommen att kontakta oss med frågor, funderingar och synpunkter eller boka ett enskilt samtal.

Anhörigstödjarna

Birgitta Johansson tfn. **033-35 82 39**

Ingela Tylestrand tfn. **033-35 51 16**

vaf.anhorigstodjare@boras.se

boras.se/anhorig

Besöksadress:

Viskastrandsgatan 5, plan 5.

ANHÖRIGSTÖDET BORÅS STAD

Sommarprogram

FRISTAD



ANHÖRIGTRÄFFAR juni–augusti

ONSDAG 5 JUNI

Kl: 16.30–19.00

SOMMARFEST FÖR DIG SOM ANHÖRIG

Se separat inbjudan!

ONSDAG 26 JUNI

Kl. 14.00–16.00 **Anhörigcafé**

Vardagsmotion för ditt eget välmående

Plats: Mötesplats Fristad
Gamla Kyrkvägen 6

Anhörigstödet Birgitta och Ingela

NYHET!
Finns även möjlighet
att boka tak-til
massage. Hör gärna
av dig så bokar
vi en tid

ONSDAG 17 JULI

Kl. 14.00–16.00 **Tipspromenad**

Samling runt fikabordet, skiner solen sitter vi ute!

Plats: Mötesplats Fristad, Gamla Kyrkvägen 6

Anhörigstödet Ingela

ONSDAG 7 AUGUSTI

Kl: 14.00–16.00 **Anhörigträff** med Sommarfika

Samtal utifrån er situation

Plats: Mötesplats Fristad, Gamla Kyrkvägen 6

Anhörigstödet Birgitta

Vi fikar tillsammans.
Var och en betalar sitt fika.

ONSDAG 21 AUGUSTI

Kl: 14.00-16.00 **Filmklipp och tips**

Andningsteknik kan underlätta på flera olika sätt

Plats: Mötesplats Fristad
Gamla Kyrkvägen 6

Anhörigstödet Birgitta Ingela

Önskar du ett enskilt
samtal med någon av
anhörigstödarna?
Hör gärna av dig så
bokar vi en tid.



Vi finns för er under hela sommaren

Så ring oss gärna eller titta in till oss för en pratstund och en fika.

I samband med det finns möjlighet till taktill massage.

Välkomna!