



# Anhöriggrupper på Ersta diakoni

**Du är varmt välkommen att delta i någon av våra anhöriggrupper som startar under hösten 2022! Vi vänder oss till dig som är anhörig till en person som är äldre eller som lever med en funktionsnedsättning eller psykisk sjukdom.**

Att möta andra i likande situation, få tid för sig själv att reflektera och samtala kring olika frågor som man kan ställas inför som anhörig gör ofta gott. I gruppen delar vi erfarenheter och samtalar med varandra om våra livssituationer.

## Anhöriggrupp för dig som är anhörig till en äldre närstående

**Tid och plats:** Erstagatan 1C varannan tisdag i jämna veckor kl. 13.00-15.00 under åtta tillfällen. Uppstart den 6/9. Sista anmälningdag 1 september.

**Samtalsledare:** Ingrid Leander

## Anhöriggrupp för dig som är anhörig till en person inom LSS

**Tid och plats:** Erstagatan 1C varannan tisdag i jämna veckor kl. 17.30-19.30 under åtta tillfällen. Uppstart den 20/9. Sista anmälningdag 15 september.

**Samtalsledare:** Anja Sedell

## Anhöriggrupp för åldrande föräldrar till en person med psykisk sjukdom

Vad händer när jag som förälder inte orkar längre eller närmar mig döden? Hur ska jag prata med mig själv och mitt vuxna barn med psykisk sjukdom om att jag framöver inte finns kvar i livet? Hur kan jag förbereda mig och känna mig trygg med att mitt barn får ett bra stöd och en god vård och omsorg när jag är död?

**Tid och plats:** Erstagatan 1C, varannan tisdag i ojämna veckor kl. 13.00-15.00 under åtta tillfällen. Uppstart den 27 september. Sista anmälningdag 22 september.

**Samtalsledare:** Agneta Hellne, anhörig, och Anna-Lena Eriksson.

*Grupperna startar vid minst fem anmälningar per grupp.*

## För mer information och anmälan kontakta:

**Pia Nilsson**, anhörigkonsulent, Ersta diakoni

**E-post:** pia.nilsson@erstadiakoni.se

**Telefon:** 08-714 60 96, måndagar och torsdagar