

Vård- och omsorgsnämnden i Närpes ordnar
tillsammans med Landskapsföreningen Folkhälsan

Träffar i Seniorhuset för anhöriga och vårdare

Ni och er anhörig är varmt välkomna att delta i träffarna i Seniorhuset vilka ordnas en gång i månaden under vårterminen. Seniorhuset är öppet mellan 13-16. Ni har möjlighet att under Monica Brors och Bettina Lillas ledning delta i programmet som planeras enligt deltagarnas behov och önskemål.

Vattengymnastik ordnas för vårdarna kl. 13-14 vid nedannämnda tillfällen. Camilla Ulfvens är ledare för vattengymnastiken. Den handledda gymnastiken pågår ca 45 min därefter finns möjlighet att använda stora bassängen eller bubbelpoolen. Efteråt har ni möjlighet att åka till seniorhuset och avnjuta kaffe och smörgås ensam eller tillsammans med er anhörig. Dagen avslutas med en föreläsning kl. 15-16.

Observera att Ni fritt kan välja att delta endast i vattengymnastik, delar av programmet eller under hela eftermiddagen i Seniorhuset.

Programpunkter under vårterminen:

- | | |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 14.2 | Susanne Hammarberg, närvårdare på Centrallagret vid HVC berättar om olika sjukvårdsmaterial och personaliga vårdmaterial |
| 13.3 | Lars Lövdahl medverkar |
| 10.4 | Håkan Westermark berättar om släktforskning |
| 8.5 | Hur får du dina psykiska resurser att räcka till
Personal från psykosociala enheten medverkar |

Meddela om ert deltagande till Monica Brors tel. 050-3444598 senast fredag innan tillfället.