



ANHÖRIGCENTER

HÖSTEN 2026

AKTIVITETER FÖR DIG SOM ÄR ANHÖRIG OCH STÖDJER NÅGON ÖVER 65 ÅR ELLER MED DEMENSSJUKDOM

➤ **SAMTALSGRUPPER FÖR ANHÖRIGA**

Är du anhörig och stödjer någon i vardagen? Känner du att vardagen kan bli svår ibland?

Vill du träffa andra som befinner sig i en liknande situation som dig? Nya deltagare välkomnas vid terminsstart augusti/september.

Demenssjuksköterska Catarina Wahlberg, anhörigkonsulent Pia Wikström.

➤ **"I NÖD OCH LUST"**

Kurs på 8 träffar för dig som är över 65 år och stöttar din partner i hemmet. Start 2 oktober.

Träffpunkt Smedjan, Nya gatan 12.

Anhörigkonsulent Pia Wikström

➤ **MEDIYOGA**

Kurs på fredagar 10:00-11:30. Begränsat antal platser.

Träffpunkt Smedjan, Nya gatan 12. Start september.

Testtillfälle den 28 augusti, anmälan.

Anhörigkonsulent Pia Wikström.

➤ **"LIVET EFTER DIG"**

Tre träffar för dig som är senior och under det senaste året mist din partner. Start 9 september.

Träffpunkt Smedjan, Nya gatan 12.

Anhörigkonsulent Pia Wikström.

➤ **"TORSDAGSFÖRELÄSNINGEN"**

Ämnen för dig som är anhörig med efterföljande samtal.

Äger rum följande datum, 17 september, 29 oktober, 26 november, 10 december.

Se ämnen på vår hemsida!

Demenssjuksköterska Catarina Wahlberg, anhörigkonsulent Pia Wikström.

VÄLKOMMEN MED DIN ANMÄLAN!

Anhörigkonsulent Pia Wikström

08-718 89 08, pia.wikstrom@nacka.se

Demenssjuksköterska Catarina Wahlberg

08-718 80 01, catarina.wahlberg@nacka.se

nacka.se/anhorigcenter

<https://www.facebook.com/anhorigcenternackakommun>

