

Välkommen till Anhörigcafé!

En öppen mötesplats för dig som hjälper, vårdar eller stöttar någon i din närhet som är 65 år eller äldre.

Här finns möjlighet att ta en paus i vardagen, fika och träffa andra anhöriga i liknande situationer. Anhörigcaféet är en trygg och avslappnad mötesplats för samtal och gemenskap. Vissa träffar kan även innehålla musikaliska, kulturella eller hälsofrämjande inslag.

Träffarna sker regelbundet och det går bra att delta vid enstaka tillfällen eller återkommande.

Anhörigcaféet arrangeras av kommunens anhörigkonsulenter som finns på plats vid varje träff.



Plats: Älvsjö Centrum, Älvsjö stationsgata 19, ungdomens hus, ingång från baksida

Tid: 10:00-12:30

Datum: fredagar den 25/9, 2/10, 16/10, 23/10, 13/11, 27/11, 11/12 och 18/12

Om träffarna: Vissa träffar innehåller frivilliga aktiviteter.

Vid några av träffarna är din närstående (den person du hjälper, vårdar eller stöttar) välkommen. Se respektive datum för mer information.

Program:

25/9 Invigning med gratis brunchbuffé och lugn musik i bakgrunden

2/10 En Makalös Showman Show & gemenskap. Närstående välkomna

16/10 Mini genomgång av Digitala Hälsofrämjande guiden för anhöriga

23/10 Prova på aktivitet: Skratt, gemenskap & hjärngympa med Jenny från Seniorhälsan.
Närstående välkomna

13/11 Gratis chokladprovning. Föranmälan krävs! Anmälan senast den 5/11 till 08- 508 23 587

27/11 Prova på aktivitet: Dans för hälsan med Anna från Seniorhälsan. Närstående välkomna

11/12 Prova på aktivitet: Dans för hälsan med Anna från Seniorhälsan.

18/12 Julavslutning med Pyssel & Allsångs-Quiz. Närstående välkomna



Reservation för ändringar

Vid frågor kontakta gärna anhörigkonsulenterna:
Candeger 08-508 23 042 och Ann-Katrine 08-508 23 587