

Anhörigstöd Våren 2026

Välkommen till våra aktiviteter

För anhöriga till personer med psykisk ohälsa, neuropsykiatriska funktionsnedsättningar långtidssjuka och/eller äldre. Vänligen kom doftfri till våra föreläsningar och aktiviteter.

Samtalsgrupper för anhöriga till någon med psykisk ohälsa, intellektuell funktionsnedsättning och/ eller neuropsykiatriska funktionsnedsättningar

Vi startar samtalsgrupper löpande under året. Vill du veta mer eller anmäl dig via e-post till anhorigstod@lulea.se

Samtalsgrupp för anhöriga till någon som är långtidssjuk eller äldre

Vi startar samtalsgrupper med temat "Hållbar anhörig" löpande under året. Vill du veta mer eller anmäl dig via e-post till anhorigstod@lulea.se

Öppen anhöriggrupp

Sista måndagen i månaden klockan 13.30-15.30

För dig som är anhörig och har en livspartner som är långtidssjuk/äldre som behöver hjälp och stöd. Ingen anmälan behövs

Plats: Bergvikens anhörigcentrum, konferensrummet Majvägen 22.

Anhörigträff för yrkesverksamma

Onsdagen den 4 februari klockan 18.00 -20.00

Anhörigträff för dig som är i yrkesverksam ålder och har en livspartner med kognitiv sjukdom/ demens. Information från anhörigstöd och kognitiva teamet, möjlighet att ställa frågor och träffa andra i liknande situation. Plats: Bergvikens anhörigcentrum, Majvägen 22. Anmäl dig fredagen den 30 januari via e-post till anhorigstod@lulea.se

Yoga för självkärlek – När du får vara du

Torsdagen den 19 februari klockan 18.00-20.00

Den här stunden är en värdefull gåva till dig själv. En paus i vardagen där du får tid åt dig själv och möjlighet att landa och vända blicken inåt och möta ditt hjärta. Du finns så ofta för människorna i din närhet – här får du istället finnas till för dig själv.

Plats: Bergvikens anhörigcentrum Majvägen 22

Anmäl dig senast söndag 15 februari via e-post till anhorigstod@lulea.se

Bio "En bekant beröring"

Måndagen den 9 mars klockan 17.30 – 19.00

Filmen "En bekant beröring" följer den 80-åriga Ruths nya tillvaro på äldreboendet, och hur hennes relation till sig själv och vårdgivarna påverkas av hennes förändrade minne, ålder, och önskningar.

Plats: Folkets bio Nygatan 1

Anmäl dig senast onsdag 4 mars via e-post till anhorigstod@lulea.se

Föreläsning/ samtal om Hälsans mysterium

Torsdagen den 16 april klockan 17:30-19.00

Göran Waller före detta distriktsläkare som har skrivit avhandlingen "Självs kattad hälsa" som handlar om hur upplevd hälsa påverkar den faktiska hälsan.

Plats: Bergvikens anhörigcentrum, Majvägen 22. Anmäl dig senast tisdagen den 14 april via e-post till anhorigstod@lulea.se

Plats: Plats: Bergvikens anhörigcentrum, Majvägen 22.

Pilgrimsvandring

Torsdagen den 21 maj klockan 14.00-17.00

Vi promenerar på Ormberget i samverkan med Svenska kyrkan och syftet med aktiviteten är att försöka finna lugn, bryta mönster eller bara få tillfälle att vara i naturen tillsammans med andra anhöriga.

Ta med eget fika Anmäl dig senast tisdagen den 19 maj via e-post till anhorigstod@lulea.se

Plats: Ormbergets friluftsområde.



**LULEÅ
KOMMUN**

e-post: anhorigstod@lulea.se
hemsida: lulea.se/anhorigstod