



Aktiviteter för anhöriga* sommar 2022

Sommarcafé

Du får möjlighet att samtala och utbyta erfarenhet med andra anhöriga. Det bjuds på fika.

Datum: 9/6, 18/8

Tid: kl. 17.00-18.30

Plats:

Aktivitetsrummet,
Torget 4,
Kungsängen

Promenadgrupp

Vi promenerar tillsammans.

Datum: 7/6, 10/8,
24/8

Tid: kl. 12.00-13.00

Plats: Samling vid
Hallonvägens
busshållplats.

Datum: 15/6, 17/8

Tid: kl. 12.00-13.00

Plats: Samling vid
Bro bibliotek

Avslappning

Vi gör olika avslappningsövningar för att hitta lugn och fokus i vardagen.

Datum: 13/6, 15/8,
22/8

Tid: kl. 12.00-12.45

Plats: Digitalt eller
Aktivitetsrummet,
Torget 4,
Kungsängen

*Anhörig är någon inom familjen, släkten eller vänskapskretsen som hjälper en person med en sjukdom eller funktionsnedsättning.

Anmälan krävs och görs till:
Maryam Kormi Nouri, anhörigkonsulent
maryam.korminouri@upplands-bro.se
08-581 696 56
www.upplands-bro.se