

Må Bra - stund hösten 2023



Anhörigstödet i Hjo Kommun välkomnar dig till en "Må bra-stund" där kan Du få en stunds gemenskap, vila och återhämtning.

Du som hjälper och stöttar någon i din närhet, familjemedlem, granne eller god vän, hinner kanske inte alltid tänka på dina egna behov. Det ger oftast mening och glädje att hjälpa en annan människa, men som anhörig kan man också behöva tid för sig själv för att orka.

Hjo kommuns Anhörigstöd bjuder in till

"Drop In café" - fika och gemenskap för den som bara vill prata en stund eller i väntan på eller efter en behandling.

Lokal: Rödingens Mötesplats, Nätet

Tid: 13,30-16,15

När: 19 september, 17 oktober, 14 november samt 12 december.

Bokningsbara behandlingar 30 minuter med början kl 13,30:

- Friskvårdsmassage
- Taktil massage
- Avslappnande fotbad

Anhörigstödet står för kostnaden

Ring anhörigsamordnare Kitty Sörman, tele 0503-35298 eller mobil 076-103 28 80, och boka tid för någon av behandlingarna.

Varmt Välkomna!

