



# Föreläsningsserie under nationella Anhörigveckan

**Under v. 40 kan du delta på sex olika föreläsningar inom temat "Balans i anhörigskapet".**

På många av Vuxenskolan's lokaler i Jämtlands län kan du delta på Anhörigveckans webbsända föredrag. På varje plats finns personal från SV som sköter tekniken, du behöver bara sätta dig ned och delta. Efter föreläsningen finns det utrymme för samtal med de andra som lyssnat på föreläsningen.

**Måndag 30 sept, kl 10.00**

Julia Svahn – "Från empatitrött till empatitrygg"

**Tisdag 1 okt, kl 10.00**

Gabriella Åberg – "Naturen som copingstrategi"

**Onsdag 2 okt, kl 18.00**

Lina Brustad – "Skrivande som läkande process"

**Torsdag 3 okt, kl 18.00**

Anders Gaardsdal – "Anhörig till strokedrabbad berättar"

**Fredag 4 okt, kl 12:00**

Daniela Börjesson och Janni Ahlgren – "Att inspirera till att fortsätta leva".

**Söndag 6 okt, kl 12.00**

Julia Svahn – "Från empatitrött till empatitrygg"

Alla orter visar inte alla föredrag. Ring eller läs på hemsidan vad som visas på din ort.

**Anmälan:**

Du behöver anmäla dig till de olika föredragen.

Ring nummer 063-123400 eller gå in på vår hemsida.

**Ort: Östersund, Lit, Strömsund, Järpen, Hede & Hammarstrand**

**Pris: Kostnadsfritt**

Läs mer på [sv.se/funkis.jamtland](https://sv.se/funkis.jamtland)

