

Keskustelua terveydestä ja ikääntymisestä

Tervetuloa mukaan neljään tapaamiseen, joissa keskustelemme terveydestä ja ikääntymisestä. Keskusteluryhmä on tarkoitettu senioreille, jotka haluavat pohtia ikääntymistä ja hyvinvointia sekä keskustella näistä aiheista.

Keskustelu on osa Arvsfond-projektia Åldras & må bra, jonka takana on NSPH, Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa.

Toivottavasti monet tarttuvat kutsuun ja tuovat äänensä kuuluviin. Kahvittelu sekä vanhojen ja uusien tuttavien tapaaminen kuuluvat tietysti myös ohjelmaan!

Huom! Rajoitettu määrä paikkoja.

Tarjoamme
kahvit!

KESKUSTELUN AIHEET

1 tapaaminen

Tutustumme toisiimme ja keskustelemme kokemuksista viimeisen vuoden ajalta.

2 tapaaminen

Kuinka koemme ikääntymisen ja kaiken sen mukana tulevan?

3 tapaaminen

Kuinka voimme ja mitä tarkoittaa voida hyvin ja vähemmän hyvin?

4 tapaaminen

Tulevaisuus, toiveet, huolet ja muutoksen työkalut.

MISSÄ

MILLOIN

ILMOITTAUDU

PROJEKTI JA NSPH

NSPH:n (Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa) tehtävä on parantaa potilaiden, käyttäjien ja omaisten mahdollisuuksia osallistua enemmän psyykkisen terveyden hoitoon ja tukeen sekä parantaa heidän mahdollisuuksiaan vaikuttaa eri yhteiskunnan alueilla.

NSPH:n projektin Åldras och må bra tavoite on vähentää ennakkoluuloja ja edistää avoimuutta yli 65-vuotiaiden psyykkisestä terveydestä sekä vahvistaa kohderyhmän mahdollisuuksia vaikuttaa yhteiskuntaan.