

## Inbjudan till Anhöriggrupp – för anhöriga till en partner som är långvarigt sjuk



**Gruppen kommer träffas vid 6 tillfällen på måndagar (en tisdag) kl. 10–12 med start 23 februari 2026.**

Lever du tillsammans med en partner som har en långvarig sjukdom, till exempel Parkinsons sjukdom, stroke eller MS? Då vet du att livet som nära anhörig påverkas på många sätt – både känslomässigt, socialt och praktiskt. Vardagen kan rymma oro, sorg och trötthet, men också ansvar, lojalitet och kärlek. För många innebär det dessutom att rollen som partner gradvis också blir rollen som stödperson eller vårdande anhörig.

I vår anhöriggrupp får du möjlighet att möta andra som befinner sig i liknande livssituation. Här finns utrymme att dela erfarenheter, känslor och tankar i en trygg och respektfull gemenskap. Många upplever att igenkänning och samtal med andra kan ge både lättnad, nya perspektiv och stärkt kraft i vardagen.

### Innehåll och upplägg

Gruppen leds av två ideella cirkelledare. Under träffarna fikar vi tillsammans och samtalen utgår från deltagarnas behov och erfarenheter. Vi hämtar inspiration från Bräcke Diakonis material *I nöd och lust* och berör teman som förändrade roller, kärlek, sorg, framtid, återhämtning.

**Datum:** 23 februari, 9 och 23 mars, 7 (obs tisdag) och 20 april, 4 maj.

**Tid:** kl. 10:00–12:00

**Kostnad:** 150 kr (faktureras). Smörgås samt kaffe/te serveras.

**Plats:** Anhörigcentrum, Tulegatan 8.

**Anmälan och frågor:** Anmäl dig **senast 16 februari** på telefon 019-21 32 30 eller mejla dina kontaktuppgifter till [anhorigcentrum@orebro.se](mailto:anhorigcentrum@orebro.se) så ringer vi upp för att samla in den information som vi behöver. Deltagarantal är max 9, så vänta inte med din anmälan.

Har du gått i grupp på Anhörigcentrum innan? Då kan du anmäla dig till en reservplats utifall att grupperna inte blir fulla, annars ges platserna i första hand till de som inte redan gått i grupp.