

Verksamhet riktad till närståendevårdare hösten 2021

- Fika & pratstund 1.9, 3.11 och 1.12 kl. 13-14.30 i dagcentret i Allaktivitetshuset.
- Träff för barn och unga som har ett syskon med specialbehov torsdag 9.9 kl.16-19.30 på Talatta. Ålder 7 år och uppåt.
- En lugn gympastund med Sussi Knuts från Hela hälsan för daglediga tisdagen den 21.9 kl. 14-15.00
- Lunch på Kallas skärgård i Vårdö lördag 30.10 kl.13.00
- Träff för dig vars anhöriga nyligen avlidit eller flyttat in på boende torsdag 21.10 kl.18-20.00
- Vattengympa för daglediga tisdag 12.10 kl. 13-14.00.
- Vattengympa tisdag 19.10 kl. 19.30-20.30 (förtur för dig som inte har möjlighet att delta dagtid)
- Lördagsmys 20.11 kl. 14-16.00 (förtur för dig som inte har möjlighet att delta dagtid på vardagar)
 - en lugn gympastund med Sussi Knuts från Hela hälsan kl. 14-15.00
 - något smått och gott att äta och dricka efteråt
- Julgröt med musik för närståendevårdare och vårdtagare i vecka 50 (veckodag och klockslag ännu inte fastställt.)

**Håll utkik på Folkhälsan på Ålands facebookside,
hemsida och i tidningarnas kalenderspalter för mer
info. Med önskan om en fin höst!**

