

# Samtalsgrupp – Seniorer

För dig som önskar mer inspiration i vardagen

Ibland kan det vara svårt att se livet från den ljusa sidan. Det kan bero på att man inte mår riktigt bra eller att livet förändrats på ett oönskat sätt. Oavsett vad det beror på, mår man oftast lite bättre av att träffa andra i samma situation.



*Samtalsgruppen ingår i Studieförbundet Vuxenskolan verksamhet, vilket innebär att alla deltagare är försäkrade till och från samt under kurstillfället. Under vården 2019 erbjuds "Samtalsgrupp - Seniorer" som en del i ett Arvsfondsprojekt som sker i samverkan mellan folkbildning, region, kommun och ideella organisationer.*

I "Samtalsgrupp – Seniorer" fokuserar vi på de dagar som kommer. Det finns en tydlig struktur för samtalet och ett nytt tema vid varje tillfälle. Vi undersöker, utifrån varje tema, hur vi kan hitta inspiration i vardagslivet. Samtalsgruppsledaren ger också – om Du önskar det - tips på var Du kan hitta det stöd Du behöver för att komma vidare på det sätt som Du önskar.

### **Antal gånger**

5 tillfällen, 12 timmar. Vi bjuder på fika

### **När**

Tisdagar kl 13:00-15:00 med **start v 10** (tisdag 5 mars)  
eller

Torsdagar kl 13:00-15:00 med **start v 17** (torsdag 25 april)

### **Kostnad**

Kostnadsfritt. Deltagaren förbinder sig dock - så gott det är möjligt – att delta vid alla fem tillfällen. Om man måste utebli, meddelar man sin samtalsgruppsledare.

### **Plats**

Studieförbundet Vuxenskolan, Stationsgatan 5D, Vetlanda

### **Samtalsgruppsledare**

Margareta Svensson och Anna-Stina Blomqvist, som är utbildade samtalsledare och själva seniorer med arbetslivserfarenhet från verksamheter inom vård, hälsa och omsorg.

**Anmälan** görs till Vårdcentralen Aroma på e-post: [vardcentralenaroma@rjl.se](mailto:vardcentralenaroma@rjl.se) eller telefonnummer 010-243 27 00.

## **Varmt välkommen!**

*Samtalen utgår från samtalskortet "Samtalskort när livet utmanar – Livsmod, livsglädje, livsmening". Deltagarna behöver inte köpa samtalskort. Om man önskar samtalskortet finns de på Studieförbundet Vuxenskolan kundcenter, Östra kyrkogatan 3, Västerås, 021-12 80 85.*

