



Region Uppsala

Evenemang
med
Infoteket

Det utmanande anhörigskapet

Välkommen till föreläsning med psykolog Bella Stensnäs om hur stress påverkar anhöriga till personer med fysiska eller psykiska utmaningar. Få kunskap, råd och verktyg för att hantera din situation och hitta balans i vardagen.



Tid: Onsdag 8 oktober klockan 18–20.

Plats: Digitalt, du deltar via digitalt, via dator, mobil eller surfplatta.

Information och anmälan:

regionuppsala.se/infoteket/program

Kostnadsfritt.

Alla intresserade är välkomna att delta.



Infoteket om funktionshinder
regionuppsala.se/infoteket