



Anhörig i ett hav av känslor

När Maria Estling Vannestål väntade sitt fjärde barn drabbades hennes mamma av en demenssjukdom och två av Marias fyra barn har psykiatriska diagnoser. Måndagen den 22 april föreläser Maria om sina erfarenheter och tankar kring att vara anhörig.

I sitt föredrag delar Maria med sig av egna och andras erfarenheter och presenterar sina tankar om hur vi kan bli mer hållbara – som anhöriga och människor. Om vi ska orka finnas till för våra närstående behöver vi också ta hand om oss själva.

I Sverige finns mer än en miljon anhöriga som vårdar eller stöttar en närstående med fysisk eller psykisk ohälsa/funktionsnedsättning. Var och en har sin unika historia men väldigt mycket förenar oss när det gäller upplevelser, tankar och känslor. I den nu aktuella stödboken "Anhörig i ett hav av känslor" skriver Maria om olika upplevelser och vägar till stöd.

Maria arbetar som författare, föreläsare och cirkelledare med fokus på utveckling och livskvalitet. Hon har tidigare skrivit två romaner och en barnbok med anhörigtema och är nu aktuell med boken Anhörig i ett hav av känslor.

Varmt välkommen!

Dag och tid: Måndag 22 april kl 17:30-19:00

Plats: Brolyckans matsal, Tulegatan 8

Anmälan: Anhörigcentrum via telefon 019-21 32 30 eller e-post: anhorigcentrum@orebro.se