


Tipsa oss om oroliga äldre!

– Vi har gruppsamtal via telefon.



Möter du äldre som känner oro eller ensamhet med anledning av pågående pandemi? Hjärnkoll erbjuder nu gruppsamtal via telefon, där äldre får möjlighet att prata om sitt mående med andra i samma situation.


Samtalsgruppen består av tre till fem personer från samma ort och leds av en seniorambassadör från Hjärnkoll som själv vet hur det är att ha oro eller ångest. Samtalen är gratis.

Så här går det till:

1. Mejla senior@hjarnkoll.se för att få förslag på dag och tid för gruppsamtalet.
2. Bjud in tre till fem seniorer (70 år och äldre) som du tror kan må bra av att delta.
3. Skicka deras namn och telefonnummer till oss så ringer samtalsledaren upp när det är dags.

Gruppen pratas vid en gång i veckan i fyra veckor, och varje samtal är 60-90 minuter långt. Samtalsledaren har utbildats för att säkerställa att varje samtal avslutas i positiv anda.

Vill du veta mer?



Hör av dig till projektledare Marie Milling på senior@hjarnkoll.se eller 070-745 96 17.

(H)JÄRNKOLL

www.hjarnkoll.se

