



Må bra-helg i Lundsbrunn 21-22/11-2026 -för dig boende i Lidköping eller Götene som har någon i din närhet med psykisk ohälsa

Stöttar eller vårdar du någon som har psykisk ohälsa? Det kan vara en partner, barn, förälder eller vän. Då kan du behöva rå om dig själv lite extra. För att kunna delta behöver du ha fyllt 18 år.

Att leva nära någon som mår dåligt kan påverka olika delar av ditt liv och det kan vara en utmaning att få utrymme till det som du själv mår bra av. För att främja din hälsa och välbefinnande erbjuds du en helg kring temat återhämtning samt fördjupad kunskap kopplat till området psykisk ohälsa.

Under vistelsen kommer du ha möjlighet att träffa andra i liknande situation och utbyta tankar och erfarenheter. Du kommer också få möjlighet att lyssna och ställa frågor till Andreas Björlemyr, psykolog och psykoterapeut med lång erfarenhet inom psykiatri och hur man som anhörig kan påverkas. Du kommer också få tid till egen återhämtning i omgivande natur och tillgång till kurortens spa. Anhörigstöd finns på plats under hela vistelsen.

Vistelsen är kostnadsfri. Övernattning, måltider, spa och föreläsning ingår.

OBS! Detta är en intresseanmälan, **med sista anmälan 1/10.**
Anhörigstöd tar kontakt efter anmälningstid löpt ut!

Begränsat antal platser!

Anmäl via QR kod eller kontakt med anhörigstöd.

Lidköping: 0510-776741

Götene: 0511-386274



Vistelsen möjliggörs med beviljade utvecklingsmedel från Skaraborgs kommunalförbund.