



for alle interesserte ☺

**tap av helse – endringer i livet – dødsfall – ventesorǵ -
krise i Europa – støtte**

**Mandag 28.mars klokka
17.00 -19.00**

**Hverdagsmestring
og selvstyrking**

Sted: Biblioteket i Våler

**– tap av
– finne
glede –**

**arbeid/aktivitet
tilbake...
tristhet**

godfølelsen – klumpen i magen

**-etter pandemien – grubling - oppgittheten – motivasjon –
lykkefølelsen - forventninger – tro – motivasjon –
inspirasjon – håp – om å påvirke seg selv...**

Kveldens ansvarlige:

Frivillighet og aktivitet -Katinka Eriksen

Biblioteket -Eva Wenstad

Frisklivssentralen –Ingrid Sveen

Elisabeth Skjæret, Eli Krekvik

og Svein-Åge Saxerud (psykisk helse- og rustjeneste)

Enkel bevertning



Arrangør: Psykisk helse- og rustjeneste i Våler

Kontakt: 62 42 40 00

