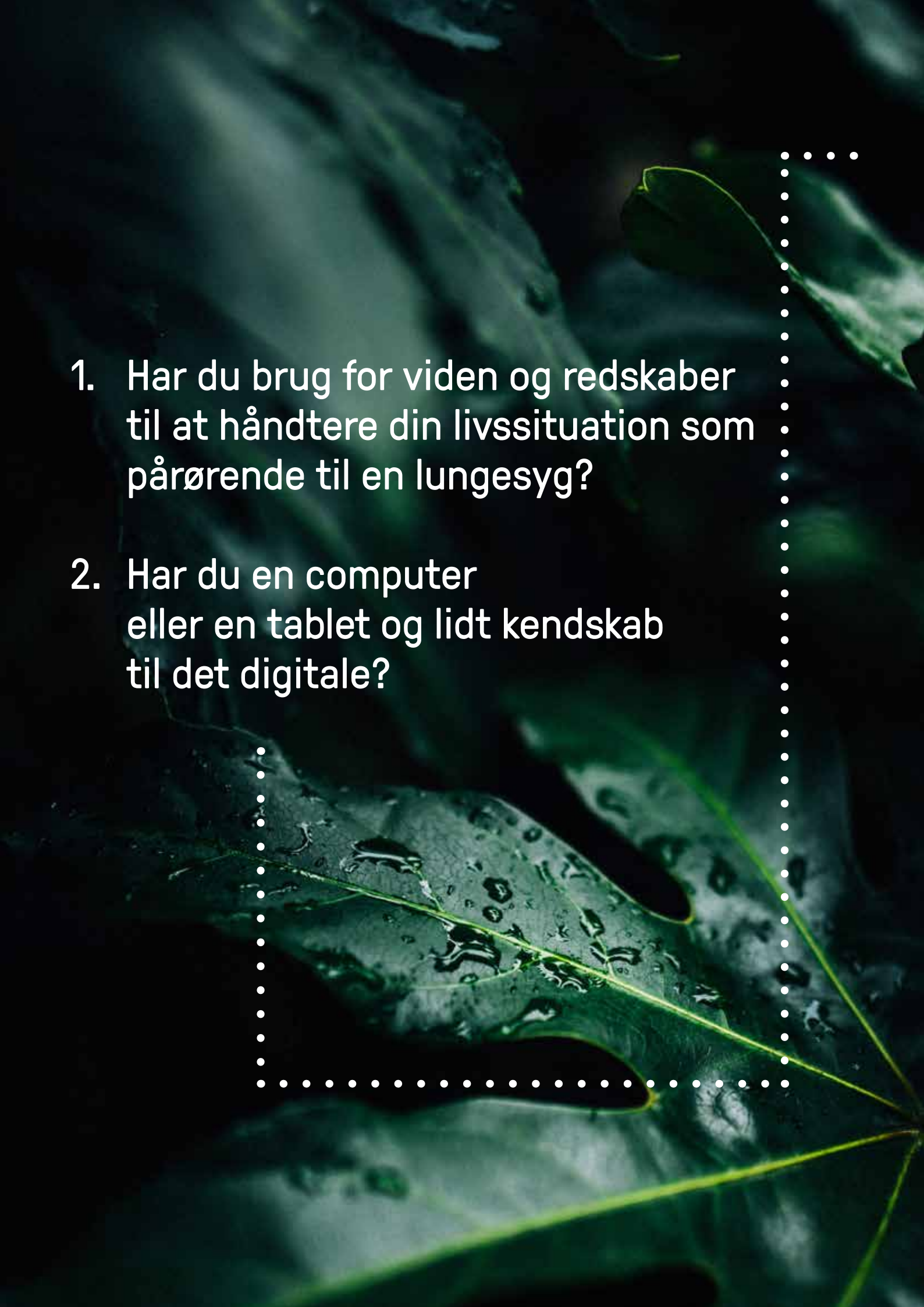




Er du pårørende til en lungesyg?

Så har vi et tilbud til dig, som kan
gøre din hverdag lettere

Lungeforeningen 

- 
1. Har du brug for viden og redskaber til at håndtere din livssituation som pårørende til en lungesyg?
 2. Har du en computer eller en tablet og lidt kendskab til det digitale?

...så er det dig vi leder efter til et forløb for pårørende hos Lungeforeningen

OM FORLØBET

Forløbet består af et digitalt undervisningsforløb hvor du deltager fra en tablet eller computer hjemmefra.

I forløbet vil du blive præsenteret for fagligt specialiseret oplæg, der er målrettet rollen som pårørende til et menneske med en lungesygdom.

Oplæggende vil bl.a. komme ind på:

- Når livet ændrer sig
- At føle sig alene
- De forbudte følelser

Hvert oplæg afsluttes med en skriveøvelse, hvor du skriver dine tanker og følelser i relation til oplægget.

Undersøgelser viser, at skriveøvelser kan være en hjælp i bearbejdningen af de mange - og ofte modsatrettede følelser, som er i spil som pårørende. Derudover ved vi, at det kan bidrage til at styrke både fysisk og psykisk helbred.

HVAD KRÆVER DET AF DIG?

Det forventes at du som deltager viser åbenhed overfor forløbets indhold og øvrige deltagere. At arbejde med skriveøvelser, kræver ikke at du er god til at skrive eller stave, og det er kun dig selv, som ser hvad du skriver.

For at få bedst udbytte af skriveøvelser og det fulde forløb er det en god ide, at du som person er indstillet på at reflektere over din situation som pårørende.

PRAKTISK

Forløbet vil finde sted fra start september til start december 2023 i tidsrummet 17-19 og består af i alt syv forløbsgange.

Mere information vil blive delt med dig ved tilmelding. Der er plads til 20 deltagere, og der rekrutteres efter først til mølle-princippet.

Nanna og Susanne er klar til tage imod din tilmelding:

Nanna R. Nistrup, Projektleder
nnm@lunge.dk

Susanne Kitaj, Projektmedarbejder
susanne.kitaj@Lunge.dk

Ønsker du at høre nærmere, kan du ringe på tlf. 53 19 08 92 i tidsrummet 10-12 mandag-fredag.