

Invitasjon til alle som tidligere har deltatt på seminar om selvhjelp og igangsetting av selvhjelpsgrupper

1. april 2022
kl. 09.00- kl. 15.00.

Sted: Scandic Valdres, Jernbanevegen 26, 2900, Fagernes

Dagen arrangeres etter ønske fra tidligere seminar om selvhjelp og igangsetting av selvhjelpsgrupper. Vi ønsker å bidra med en øvingsarena på igangsetterrollen, samt rom for oppfriskning og refleksjon-/erfaringsdeling.

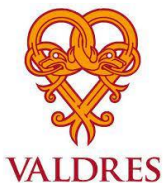
Seminaret er gratis. Lunsj blir servert. Deltakere dekker selv evt. reise- og overnatting.



Vi er takknemlig for deres innspill og ønsker for dagen, og ber om dette i påmeldingen. Begrenset antall plasser. **Påmeldingsfrist: 23.03.2022.**
Påmelding: QR-kode eller [Påmelding Fagernes, 1.april 2022](#)

Arrangementet er en del av ett større samarbeid mellom Valdres, Hallingdal og Numedal. Seminaret er initiert av ressursgruppa for Selvhjelp i Valdres og Selvhjelp Norge. Dagen ledes av Erna Majormoen og Anne Grete Tandberg fra Selvhjelp Norge. Ved spørsmål ta kontakt med Erna: erna@selvhjelp.no/ 952 00 053 eller Anne Grete: annegrete@selvhjelp.no / 483 56 038

Velkommen!



Seminaret gjennomføres i tråd med myndighetenes retningslinjer vedrørende pandemien

Selvhjelp er å ta tak i egne muligheter, finne fram til egne ressurser, ta ansvar for livet sitt og selv styre det i den retning en ønsker. Selvhjelp er å sette i gang en prosess - fra passiv mottaker til aktiv deltaker i eget liv.

Selvhjelp Norge arbeider på oppdrag fra Helsedirektoratet.

