



PÅRØRENDE
TELEFONEN
86 86 43 43

Støtte og vejledning – fra pårørende til pårørende

Pårørendetelefonen er et nyt initiativ fra Pårørende i Danmark. Her kan du få en fortrolig samtale – ikke om dén, du er pårørende til, eller dennes diagnose eller problemer, men om **dig**. Om at stå i anden række og skal have sit eget liv til at fungere, samtidig med at man er der for den, man elsker.

Telefonen bemannes af mentorer med lang erfaring i pårørenderollen og i at skabe balance i den pårørendes eget liv. Her kan du få sparring på dine muligheder som pårørende, så du ved at drage omsorg for dig selv, finder kræfter til at drage omsorg for den, du er pårørende til.

Telefonen tages tirsdage kl. 10 til 13 og torsdag kl. 16 til 19. Se, hvem der er mentorer, på paaroer.dk