

Tro på Dig själv och Dina möjligheter till psykisk hälsa och glädje

# ÅTERHÄMTNINGSCAFÉ

Här träffas Vi för att prata om vad återhämtning innebär och vilka möjligheter som finns för att må bra i livet



## OSBY

Västra Storgatan 10, Resurshuset/ TP  
26 oktober 17.00–19.30

Att vila i stunden och ta hjälp av sin andning är inte alltid enkelt. Vi testar medveten närvaro som ett verktyg för att kunna slappna av. Samtal och tips från caféborden avrundar kvällen.



Buss 539 eller 545 hållplats Osby busstation  
Öresundståget eller Krösatåget till Osby station

## VARMT VÄLKOMMEN!

**Arrangemanget är GRATIS**

Fika serveras

Vi som ansvarar denna gång är:

Petra, Sara och Marie

Vill du veta mer? Kontakta gärna

petra.malmberg@osby.se, 0709-88 86 02

marie.gassne@skane.se, 0725-99 79 48

**Återhämtningscafé är ett samarbetsprojekt mellan kommunerna och psykiatrin i nordöstra Skåne**



**PEER SUPPORT**  
Personlig Egnerfaran Basus



Bromölla kommun



Hässleholms kommun



Kristianstads kommun



OSBY  
KOMMUN



PERSTORPS  
KOMMUN

ÖSTRA  
GÖINGE

