

## Hjerneuge i Paletten. Kom til foredrag og fællesskab

I anledning af den nationale hjerneuge, inviterer Sundhed og Forebyggelse i Hvidovre Kommune dig, som har en erhvervet hjerneskade eller er pårørende, til en sjov, aktiv og hyggelig eftermiddag **mandag den 9. marts i Paletten på Hvidovregade 49**. Du er velkommen til at tage dine pårørende eller en ledsager med på dagen.

En dag med plads til forskellighed, og hvor alle kan være med.

### **Eftermiddag med bevægelse og fællesskab** **Kl. 14.00-15.00**

Eftermiddagen byder på lette og tilpassede aktiviteter hvor fokus er på bevægelse, grin og fællesskab.

Du kan være med, uanset om du er gangbesværet, har nedsat syn, har svært ved koordination og/eller oplever hjernetræthed.

### **Hør foredrag og om Rafleholdet** **Kl. 15.30-16.30**

#### Livet med en hjerneskade

Kom og hør Tommy Friis Petersen fortælle om livet med en erhvervet hjerneskade.

#### Mød Rafleholdet

Hils på Rafleholdet som er et fællesskab for mænd, der mødes og snakker, drikker kaffe, spiser kage og griner.

#### Hvor

Det hele foregår i **Paletten på Hvidovregade 49**, og du er velkommen til at tage dine pårørende eller en ledsager med på dagen.

Du behøver ikke tilmelde dig på forhånd. Har du spørgsmål, kan du ringe til hjerneskade-kordinator Bettina på tlf. 2248 5486 eller Marie på tlf. 4174 8707