

Psykisk hälsa och ohälsa – Sömn

Psykoedukation BUP, VO Psykiatri, Södra Älvsborgs sjukhus

Nedan är första videodelen av patient- och anhörigutbildningen för område sömn. Videon innehåller information som är viktig att ha med sig innan ert besök hos BUP på Södra Älvsborgs sjukhus. Alla delar inleds med videosnutten knuten till delen och följs sedan av bilderna som användes under den del du tittat på. I slutet av detta utbildningsdokument kommer du hitta en sammanfattning samt relevanta länkar som det pratats om under utbildningen. Nu börjar vi!

Grupptillfälle 1

**Psykisk hälsa och ohälsa
Sömn**

**Psykiatrisjuksköterska Carin Sand
Psykiatrisjuksköterska Ulrika Hoff**

