

Inbjudan till en eftermiddag om psykisk ohälsa

Socialförvaltningen i Kristinehamns kommun och föreningen (H)järnkoll i Värmland bjuder in till en kostnadsfri eftermiddag på temat psykisk ohälsa. Syftet är att öka öppenheten och kunskapen inom området. Genom vårt arbete vill vi också förändra attityder och beteenden som kan leda till diskriminering.

Program

- 13.00** Föreningen (H)järnkoll i Värmland hälsar alla välkomna
- 13.20** ”Mitt perspektiv på schizofreni”- **Christina Skagert** berättar om sin tid som stamgäst på psykiatrin och vägen till att må bra. Vi får höra mer om återkommande psykoser och självmordsförsök som ledde fram till diagnosen schizofreni.
- 13.45** ”Om utmattningsdepression”- **Jenny Salomonsson** berättar om tiden med utmattningsdepression och om hennes väg tillbaka.
- 14.10 Paus med frukt och informationsmaterial**
- 14.40** ”Bipolär sjukdom - så funkar det”- **Heidi Koivumaa** berättar med glimten i ögat om bipolär sjukdom, från insjuknande till diagnos, men även om resan till återhämtning. Vi får veta vad som har hjälpt Heidi och ta del av konkreta exempel på verktyg som håller henne frisk.
- 15.05** ”Unna dig själv att må bra ”- **Elisabeth Odalen Bjord** fokuserar på den stora skaran anhöriga som gör en enorm insats för sina nära och kära. Vi får förslag på rekreation och får höra om vikten att ge sig själv egentid.
- 15.30 Avslutning**

När: Tisdagen den 10 oktober 2017, klockan 13.00-16.00

Var: KCC (hörsalen), Kristinehamn

Frågor:

Helen Hemberg Eriksson, (H)järnkoll

Mejl: helen.hemberg.eriksson@hjarnkoll-varmland.se

Telefon: 054 10 12 58

Carin Övringe, Kristinehamns kommun

Mejl: carin.ovringe@kristinehamn.se

Telefon: 0550 885 79

Anmälan:

Sista anmälningsdag är 26 september 2017.

Anmälan görs till Carin Övringe via mejl carin.ovringe@kristinehamn.se

OBS! Begränsat antal platser



(H)JÄRNKOLL
Värmlands län



Kristinehamns
kommun