

Psykiatriveckan 2022

8–15 oktober.

Med Psykiatriveckan vill vi få fler att våga fråga, prata, lyssna och agera för en bättre psykisk hälsa i Blekinge.

Mellan **8–15 oktober** arrangeras föreläsningar, utbildningar och aktiviteter i hela Blekinge.



Foto: Calura Foto

Föreläsning: Micke Gunnarsson Att hitta hem även då hela havet stormar

Plats: Digital föreläsning på
sv.se/psykiatriveckan

Tid: Kan ses 10 oktober–14 oktober



Foto: Peter Knutsson

Föreläsning: Tobias Karlsson Livet – Inte alltid en dans på rosor

Plats: Konserthuset, Karlskrona

Tid: 11 oktober klockan 18.00–19.30
Mingel börjar 17.00

Plats: Stadsteatern, Karlshamn

Tid: 12 oktober klockan 18.00–19.30
Mingel börjar 17.00

+ Visas live på sv.se/psykiatriveckan

Anmälan

Till flera av föreläsningarna och aktiviteterna krävs att du anmäler dig i förväg. Anmälan sker via sv.se/psykiatriveckan. Skanna QR-koden nedan.

Föreläsningarna är gratis och öppna för alla. Välkommen!

Läs hela
programmet på
sv.se/psykiatriveckan.



Ett samarbete mellan



KARLSHAMN

Invigning av Psykiatriveckan 2022

Information och mingel, olika verksamheter finns på plats.

Plats: Stortorget, Karlshamn

Tid: lördag 8 oktober klockan 10.00–14.00

Meditativ cirkeldans (helig dans)

Med **Birgitta Arborelius**, tidigare diakon i Svenska kyrkan.

Plats: Svängsta kyrka, Holländarevägen 44

Tid: måndag 10 oktober klockan 18.30–20.00

Öppet hus: Medmänniska i Karlshamn (MIKA)

MIKA jobbar med alla som har ett behov av att träffas och erbjuder olika aktiviteter, frukost, soppkök, utflykter i närområdet, med mera.

Plats: Karlshamns församling, Kungsgatan 58.

Tid: tisdag 11 oktober klockan 13.00–15.00

Föreläsning: Suicide zero – Våga fråga äldre

Har du en äldre person i din närhet? Suicide Zero föreläser om att förebygga självmord hos personer över 65 år. Du får samtalsverktyg som gör att du känner dig trygg i att prata med en annan människa om svåra frågor. En digital föreläsning som visas på fysisk plats.

Plats: Mötesplatsen, Regeringsgatan 46

Tid: tisdag 11 oktober klockan 14.00–15.30

Föreläsning: I did it, my way! Till en inre frid

Susanna Lustig är ambassadör på Hjärnkoll och berättar om sin uppväxt präglad av psykisk ohälsa och gömda känslor av skam och skuld.

Plats: Mötesplatsen, Regeringsgatan 46

Tid: tisdag 11 oktober klockan 18.00

Föreläsning: Tobias Karlsson

Livet – inte alltid en dans på rosor

Tobias Karlsson är dansare och koreograf, kanske mest känd från tv-programmet Let's Dance. I sin föreläsning Livet – inte alltid en dans på rosor, berättar han om sin uppväxt, mobbning och vägen till framgång.

Konferencier är scenkonstnären Emelie Trossö, aktuell med scengruppen Pinamackorna. Mingel börjar klockan 17.00.

Plats: Stadsteatern, Erik Dahlbergsvägen 14.

Visas även live på sv.se/psykiatriveckan

Tid: onsdag 12 oktober klockan 18.00–19.30.

Föreläsning: Om att vända livet

Michaela Eriksson är ambassadör på Hjärnkoll. Hon föreläser om hur hon mot alla odds fann styrkan att vända livet efter 24 år av utanförskap, självdestruktivitet, vanmakt och uppgivenhet.

Plats: Mötesplatsen, Regeringsgatan 46

Tid: torsdag 13 oktober klockan 18.00–19.00

Mötesplats Karlshamn

Mötesplatsen för dig med egenupplevd psykisk ohälsa har öppet.

Plats: Regeringsgatan 46

Tid: tisdag 11 oktober klockan 10.00–12.00

onsdag 12 oktober klockan 13.00–17.00

fredag 14 oktober klockan 13.00–15.30

Våga prata-loppet – spring för psykisk hälsa!

Spring eller promenera 5 km och 10 km. Dusch, bastu och bad finns på plats för en mindre kostnad. För barn hålls ett barnlopp klockan 10.30.

Plats: Nytorpet, Långasjönäsvägen 181, 374 91 Asarum

Start och mål: Grillplatsen, mellan stora och lilla Kroksjön

Tid: lördag 15 oktober klockan 10.00
(du anmäler dig 9.00–09.45)

Pris: 40 kronor

Fler aktiviteter lördag 15 oktober

+ **Fritt fiske i Kroksjöarna**

+ **Mörrums scoutkår grillar korv och ordnar fika.**

+ **Hinderbana för barn och paddla kanot**

+ **Pilgrimsvandring**

Svenska kyrkan arrangerar en pilgrimsvandring (en lugn och tyst promenad) med fokus på välmående. Vi går cirka 5 km i cirka 2,5 timme. Ta med en egen fikaryggsäck. Alla är välkomna!

Plats: Värmestugan på Nytorpet

Tid: klockan 10.00

