

Nyhetsbrev med senaste nytt från Riksförbundet Hjärnkoll

Riksförbundet Hjärnkoll



Save the date – Internationella äldredagen den 1 oktober med Ullakarin Nyberg

Riksförbundet Hjärnkoll och regionala Hjärnkollsföreningar bjuder in till kostnadsfritt och digitalt uppstartseminarium med Ullakarin Nyberg, psykiater, forskare och författare, den 1 oktober 9.45–12.00.

Med start på Internationella äldredagen växlar vi upp i vår satsning för att synliggöra äldres psykiska (o)hälsa med samtal om hur ofrivillig ensamhet och isolering påverkar seniora personer. Under seminariet kommer vi att presentera Hjärnkolls seniorverksamhet, vad som händer i höst i varje region där Hjärnkoll har seniorambassadörer och hur just du och din organisation kan ha nytta av det vi erbjuder. Uppstartseminariet är kostnadsfritt, men du som vill delta behöver anmäla dig för att få en länk till seminariet. Ett särskilt utskick för anmälan skickas ut i slutet av augusti.

För mer information kontakta Marita Castro, projektledare för Hjärnkolls seniorverksamhet, marita.castro@hjarnkoll.se eller 079-098 21 39.

Save the date – halvdagskonferens om återhämtning den 8 oktober



Illustratör och grafisk formgivare Helena Lunding Hultqvist.

I anslutning till World Mental Health Day i oktober så arrangerar Riksförbundet Hjärnkoll och NSPH en halvdagskonferens om återhämtning och psykisk hälsa i Stockholm.

Datum: Fredagen den 8 oktober kl 9.00–12.00.

Pris: Konferensen är kostnadsfri.

Plats: Digital medverkan.

Syftet med konferensen "Återhämtning: vägar till hälsa" är att få kunskap och inspiration att arbeta med återhämtning som en central del inom vård och stöd samt i det mänskliga samtalet rörande psykisk ohälsa.

Medverkande under dagen är bland annat Åsa Höij, Hjärnkollambassadör och Kjell Broström, ordförande för NSPH Stockholms län som kommer att prata om återhämtning vid psykisk sjukdom. En individuell process som pågår ständigt – ett samtal om triggers, må-bra-knep, vändpunkter och kriser.

[Här kan du göra en digital anmälan och läsa mer om konferensen.](#)

**Hej Maria – ny verksamhetschef för
Riksförbundet Hjärnkoll**



Maria Sundström, ny verksamhetschef för Riksförbundet Hjärnkoll.

Vi välkomnar Maria Sundström, ny verksamhetschef för Riksförbundet Hjärnkoll och NSPHs kansli i Stockholm. I denna korta intervju har du möjligheten att lära känna henne lite bättre.

Hej Maria, berätta mer om dig själv.

–Jag har ett stort engagemang inom den ideella sektorn och ett brinnande intresse för att få göra skillnad. Jag trivs allra bäst när jag får vara i ett sammanhang som känns meningsfullt och som bidrar till att människor får må bra och där allas värde och rättigheter tas tillvara. Som anhörig och nära vän har jag erfarenhet av psykisk ohälsa och hur det påverkar såväl personen som de nära anhöriga. Jag lever tillsammans med Göran och vi har två barn som båda är utflugna ur boet, Elin 24 år och Linus 21 år. Jag är uppvuxen på en gård i Västergötland och kom som 20-åring till Stockholm för att börja min yrkesbana som undersköterska.

Vad lockade dig med Riksförbundet Hjärnkoll?

–Jag har ett starkt intresse för hälsa och allra helst psykisk hälsa. Fler och fler i samhället mår psykiskt dåligt och det berör alla åldrar och samhällsklasser, tre av fyra har direkt eller indirekt erfarenhet av psykisk ohälsa. Det arbete som Riksförbundet Hjärnkoll gör genom sina ambassadörer är verkligen viktigt och jag vill gärna bidra till att motverka fördomar och minska stigmat kring psykisk ohälsa. För mig känns det både viktigt och meningsfullt att vara en del i arbetet att våga prata om- och bryta de tabun som finns idag kring psykisk ohälsa.

[Besök vår hemsida för att ta del av hela intervjun.](#)



Kansliet har sommarstängt 12 juli till 9 augusti

Trevlig sommar!

Riksförbundet Hjärnkoll arbetar för att alla ska få lika rättigheter oavsett psykiskt funktionsätt.

Nyhetstips?

Mejla Hjärnkolls kommunikatör elina.loow@hjarnkoll.se

Besök oss på [vår webbplats](#) eller följ oss i våra sociala kanaler.

[Läs mer om hur vi hanterar personuppgifter.](#)



[Se nyhetsbrevet i webbläsaren](#) | [Avsluta din prenumeration](#)