

6-10 november 2023

PSYKEVECKAN

Umeå

ETT SAMARBETE MELLAN...



(H)JÄRNKOLL
Riksförbundet Hjärnkoll



RIKSFÖRBUNDET FÖR SOCIAL OCH MENTAL HÄLSA



Psykeveckan

Umeå 2023

Med hjälp av föreläsningar, kulturella aktiviteter och andra arrangemang vill vi öka förståelsen och kunskapen om psykisk ohälsa.

INFORMATION

PLATS

Revolt Återbruksgalleria beläget på nedre plan i MVG Gallerian. Adress: Storgatan 52-54, Umeå

ÖPPETTIDER

Varje dag från måndagen den 6 november till och med fredagen den 10 november.

KONTAKT

Birgitta Johansson

076-783 55 65

[Psykeveckan i Umeå | Umeå](#)

Program

Måndag 6 november (Ungdomar)



13:00 -13:45

Hikikomori (Hemmasittare)

Kommer berätta om sin verksamhet



14:15-15:00

Vän i Umeå (forskning)

"Tillsammans mot ofrivillig ensamhet"
(Webbsändning)

Namn: Bjerre och Ulla Ljungberg

Organisation: Vän i Umeå



15:30-16:15

"Välkommen hemifrån"

(Webbsändning)

Information från oss som har erfarenhet av godman, förvaltare och skuldsanering

Namn: Ida Broström och Magnus Borgeryd från Norsjö samt Johanna Vikström Palmer som är godman.

Rubrik: Information från oss som har erfarenhet av god man, förvaltare och skuldsanering.



18:00

Shedo (Självskador)
Ålidhemskyrkan Stora salen

Johanna Sigfridsson är föreläsare för föreningen SHEDO - Self Harm & Eating Disorder Organisation - och kommer att föreläsa om självskadebeteende och ätstörning.

Tisdag 7 november (Föreningar)



13:00-13:45

Birgitta Johansson (Egenerfaren)
"Från att överleva till att leva"

(Webbsändning)

Det går visst att få en fungerande vardag trots OCD! (Tvångssyndrom).



14.15- 15.00

Selene Cortes - Kanslichef på RSMH
"Presenterar RSMH ihop med lokalförening"

(Webbsändning)

15.30 -16.15

Selene Cortes
"Att prata med unga om psykisk ohälsa"

(Webbsändning)

Många av oss arbetar på olika sätt i verksamheter utanför vården, där vi möter unga som inte mår bra. Hur ser vi till att dessa möten blir så bra och effektiva som möjligt?

Onsdag 8 november



13.00–15.00

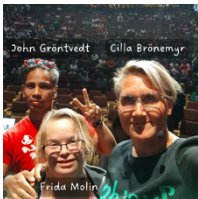
Amanda Holmgren

Volontär i föreningen Frisk & Fri

(Utbildningsprogram 2 tim)

”Uppdrag Frisk”

En föreläsning om ätstörningar, hur vi kan upptäcka och bemöta ätstörningar, samt arbeta förebyggande.



15.30 – 16.15

John & Cilla från Hjälpföreningen (Uttervägen).

”Ingenting är omöjligt”

(Webbsändning)

Vikten av att ge alla människor en chans. Att få chansen att utforska sin potential, få misslyckas, få lyckas, få utvecklas.

Torsdag 9 november



13.00 – 13.45

Martina Takter

Filosofilicens i socialt arbete och projektledare för #Anhörigperspektiv

Aktuell forskning. Vad är ett anhörigperspektiv?

Fotograf: Michael Nystås



14.15– 15.00

Ann-Christine Ståhl

”Traumatiska upplevelser och behandling av posttraumatiskt stressyndrom (PTSD) med kroppen i fokus”

(Webbsändning)

Legitimerad fysioterapeut, grundläggande psykoterapi, och psykotraumatologi på Röda Korsets behandlingscenter för krigs och tortyrskadade flyktingar.



15.30 – 16.15

Maria H Oppman

”Stressen förändrar livet”

(Webbsändning)

Avspänning & Stresspedagog Coach Föreläsare

Fredag 10 november



13.00 -13.45

Samtal om diagnoser och vad de kan betyda för personen som ”har diagnos”.

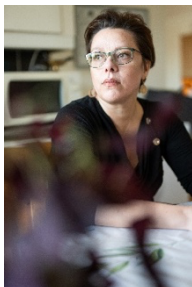
(Webbsändning)

Mikael Sandlund som jobbat som psykiater i 30 år samtalar med ett par attitydambassadörer om att ha (men inte vara) en psyk-diagnos. Ambassadörerna är: **André Johansson** Piteå och **Josefin Boström** Skellefteå.



14.15-15.00
Marina Schaefer
"Autism ur ett vardagsperspektiv"
(Webbsändning)

Diplomerad beteendepedagog & föreläsande
funkismamma



15:30-16.15
Jennie Jakobsson
"Den ofrivillige aktivisten"
(Webbsändning)

Föreläser om sina egna erfarenheter av att förlora
ett barn i suicid

Scanna QR-koderna för mer information



Anslut till webbsändningarna



Se programmet i sin helhet



Se program för de digitala sändningarna

” Det ska inte
ses olika att
ha ont i själen eller
att ha ont i ryggen

