

PSYKEVECKAN 2022

4-13 november. Att bryta ensamheten

Gratis deltagande!

Fredag 4/11

Invigning med ljusmanifestation i stan mellan gallerierna kl 16.00
Zenitha Nordfjell invigningstalar. DJ-APEX står för musiken.

Lördag 5/11

Hälsoloppet - Rör dig för psykisk hälsa

Fria starter 11:15 -12:00 Plats: Skyttis

I samarbete med Häggglunds SKI Team SK. Sträckorna är dragna i Skyttisskogen och på löparbanan. Utlottning av cyklar och annat kul. För dig som vill delta i Trail sker gemensam start 11.00.

Måndag 7/11

Vilken hjälp finns när barn mår dåligt.

Tid: 10:00-11:30 Plats: Pingstkyrkan

BUP, Ungdomsmottagningen, Föräldrabyrån och Barn- och ungdomsentrén och Samtalsbyrån informerar om sina verksamheter.

Matte är inte ensam längre - Erica C. Lang

Tid: 18:00-19:30 Plats: Pingstkyrkan

Om engagemang, outtömlig energi, sprudlande eufori, ständiga projekt och jävlaranamma. Och om den andra sidan. Ångest, tomhet, utmattning, att vara vilse och känslan av att vara ensamast i världen.

Tisdag 8/11

Ungdomarna är vår framtid - Johanna Westberg

Tid: 10:00-11:00 och 18:00 - 19:00 Plats: Pingstkyrkan

Johanna Westberg arbetar som verksamhetschef för Örnsköldsviks-ortens Rytarklubb, hon berättar hur de jobbar i föreningen med att skapa en bra och trygg miljö för barn och ungdomar och där ungdomarna får vara med och påverka i alla led.

Onsdag 9/11

Sätt ljud på de tysta orden - Helena Reje, författare

Tid: 10:00 - 11:00 och 18:00 - 19:00 Plats: Pingstkyrkan

Med grund i sina egna erfarenheter erbjuder Helena Reje sin föreläsning, som är en grundutbildning i psykisk hälsa. Hon betonar vikten av att förstå hur den psykiska hälsan innehåller såväl psykiskt välmående som ohälsa, ljus och mörker. Att vi alla människor har båda delarna i oss men med individuella skillnader och är föränderligt över tid genom våra liv.

Torsdag 10/11

Hälsöföreläsning - Josep Pavic

Tid: 10:00-11:00 Plats: Pingstkyrkan

Den fysiska hälsa du vill ha i framtiden, sår du idag.

Om psykisk hälsa/ohälsa - panelsamtal

Tid: 13:00 - 14:30 Plats: Pingstkyrkan

Moderator: Charlotte Nordin

Medverkande: Anita Harning, Catharina Ericsson, Mohammed Ali, Stefan Dahl, Susanne Silverkraft, Nyasha Manyau

Fredag 11/11

Ullakarin Nyberg, psykiater, suicidforskare och författare

Tid: 13:00 - 14:30 Plats: Pingstkyrkan

Fakta och myter om självmord, vilka signaler omgivningen kan vara observant på, hur förloppet från tanke till självmordshandling ser ut - och framför allt hur det kan avbrytas. Ullakarin ger konkreta exempel på hur man kan skapa ett samtalsklimat som hjälper människor att uttrycka sin smärta i ord och vad man själv kan säga och göra i mötet med den som överväger att ta sitt liv eller med sörjande närstående. Eftersnack i 60 min efter kl 14:30.

Efterhäng Vardagsrummet, öppet från kl 15:00

Filmvisning Filmstudion - "Flickan, mamman och demonerna" av Suzanne Osten (Gratis inträde). I en lägenhet bor ensamstående mamman Siri och hennes sjuåriga dotter Ti. Siri är psykotisk och styrs av demoner.

Tid: 16:30

Konsert- Alma Vigren Wonderful mind.

Tid: 19:00 Plats: Thuleteatern

Efterhäng Vardagsrummet öppet från 20:30

Lördag 12/11

Filmvisning Filmstudion "Du gör mig galen" av David O. Russell (Gratis inträde) En romantisk komedi om den före detta läraren Pat, som nyligen släppts ut från en psykiatrisk anstalt där han suttit efter att ha försökt slå ihjäl sin frus älskare.

Tid: 15:00

Söndag 13/11

Avslutningsgudstjänst med tema Att bryta ensamheten med Ullakarin Nyberg med flera. Därefter smörgåstårter och avslutningstal av Carolina Sondell.

Tid: 11:00-13:00 Plats: Örnsköldsviks kyrka och församlingshem



Gratis deltagande och ingen förbokning. Skanna QR-koden och läs mer om programmet och ev förändringar, eller gå in på www.ornskoldsvik.se/psykeveckan