

DIGITAL Tillsammansvecka!

”Tillsammansveckan” 5-9 oktober 2020

Tillsammansveckan arrangeras i år av gemensamma krafter: Studieförbundet Vuxenskolan Västmanland tillsammans med Hjärnkoll Västmanland, NSPH Västmanland, Balans Västmanland, Ångestsyndromsällskapet Västmanland, Attention Västerås, Västerås Anhörigstöd, Region Västmanland i samverkan med nätverket Västmanlands kommuner och Samordningsförbundet Västerås, Norra Västmanlands Samordningsförbund och Samordningsförbundet Västra Mälardalen.

I år sker Tillsammansveckan DIGITALT på grund av pandemin. Lyssna på våra föreläsare genom att gå in på vår Facebooksida. Leta upp Studieförbundet Vuxenskolan Västmanland.

Program:

SV Livesändning

Mån 5/10 kl. 17.30

Marie Niljung – ”Våga fråga – hellre arg än död”

Om hur vi alla kan vara med och förhindra att en människa tar sitt liv.

SV Livesändning

Tis 6/10 kl. 17.30

Susanne Widsell – ”Familjehemligheten som sprack”

Vad händer i en familj när det inte talas om en förälders psykiska ohälsa.

SV Livesändning

Ons 7/10 kl. 17.30

Olle Carlsson – ”Att leva med ett beroende”

Berättar om sin egen resa ur alkoholmissbruk. Olle har utvecklat ”Livsstegen”.

SV Livesändning

Tors 8/10 kl. 15.00

Katja Lindert Bergsten – ”Att ta sig själv på allvar – om känslornas betydelse för att förstå sig själv och andra.” *Om affektfokuserad terapi, en terapimetod som hon både forskar kring och arbetar med.*

Tors 8/10 kl. 16.15

Louise Edlund – ”Utmattningsdepression – inget som syns utanpå, men känns inuti”.

Om psykisk ohälsa, och att springa in i ”väggen”.

SV Livesändning

Fre 9/10 kl. 13.00

Sven-Erik Henriksson – ”När livet utmanar”

Berättar om ”hopp och mening”. När någon närstående drabbas av långvarig sjukdom.

TILLSAMMANS
-För psykisk hälsa-

**Studieförbundet
Vuxenskolan**