

# Skåneveckan för psykisk hälsa

## 10-16 oktober 2016

Skåneveckan för psykisk hälsa är en vecka för ökad kunskap, hopp och samtal kring psykisk hälsa. I hela Skåne arrangeras seminarier, kulturarrangemang och mötesplatser. Kom och visa att du vill göra skillnad. Det handlar om oss!

För programmet på webben, se [nspshskane.se/skaneveckan](http://nspshskane.se/skaneveckan)

## Program

### MÅNDAG DEN 10 OKTOBER

#### Vad påverkar min psykiska hälsa?

Vad påverkar min psykiska hälsa? Perspektiv från den Skapande Verkstaden. Med start den 29 september till den 19 oktober, må-to kl. 10-16, fre kl. 10-12. Studieförbundet Vuxenskolan, Hamngatan 22, Trelleborg

#### Psykisk Hälsa Trelleborg

Tre veckor av aktiviteter, föreläsningar och teaterföreställningar kring psykisk hälsa. Med start den 3 oktober. För komplett program se [www.rsmhtrelleborg.se](http://www.rsmhtrelleborg.se) Kulturhuset Trelleborg, Valldamsgatan 2, Trelleborg

#### Kom och prata psykisk hälsa med oss!

Under hela veckan kommer vi från socialpsykiatrien att finnas tillgängliga på olika platser runt om i Svedala kommun. För tid och plats, se hemsidan [www.svedala.se](http://www.svedala.se)

#### Frukostmöte med Projekt Hopp

Studieförbundet Vuxenskolan bjuder in till samtal och visar på de vinster samhället kan göra genom att använda fortbildning för att motverka psykisk ohälsa. "Projekt hopp" medverkar. Studieförbundet Vuxenskolan, Fabriksgatan 2F, Lund, kl. 8:30-9:30 Begränsat antal platser, anmälan via [skane@sv.se](mailto:skane@sv.se) senast den 7/10.

#### Frukostmöte med Kreativa Akademin

Studieförbundet Vuxenskolan bjuder in till samtal och visar på de vinster samhället kan göra genom att använda fortbildning för att motverka psykisk ohälsa. Kreativa Akademin medverkar. Kulturhuset, Järnvägsgatan 23, Hässleholm, kl 8:30-9:30 Begränsat antal platser, anmälan via [skane@sv.se](mailto:skane@sv.se) senast den 7/10.

#### NSPH Skåne informerar om patient/brukarrörelsen

En representant från NSPH Skåne kommer till Träffpunkten i Arlov och berättar om vad ett engagemang i brukarrörelsen kan ha för betydelse. Träffpunkten, Vallgatan, Lillvången i Arlov, kl 10:00-14:00

#### Mental Health Run Malmö 2016

Lopp på 1 resp 5 km för att uppmärksamma sambandet mellan fysisk och psykisk hälsa samt skapa öppenhet kring psykisk ohälsa. Gustav Adolfs torg, Malmö, kl. 11:30 Anmälan senast den 7/10 via nr 0723-83 71 11 eller till [linal@nspshskane.se](mailto:linal@nspshskane.se)

#### Samverkan för psykisk hälsa

Möt specialistpsykiatrien i Malmö på Gustav Adolfs torg. Malmö stad, Primärvården, Malmö Högskola samt ideella föreningar medverkar. Mer info på; [malmo.se/varldsdagenforpsykiskhalsa](http://malmo.se/varldsdagenforpsykiskhalsa) Gustav Adolfs torg, Malmö, kl 12:00-16:00

#### Bemötande vid kris, suicid och ätstörningar

Vad händer i oss när vi hamnar i kris? Egna erfarenheter av psykisk ohälsa och bemötande inom psykiatri är temat för eftermiddagen. Malmö Högskola, adress och sal meddelas vid anmälan, kl 13:15-16:00 Anmälan till [makkapakka80@hotmail.com](mailto:makkapakka80@hotmail.com) senast torsdagen 6/10.

#### Psykiatri i utveckling - inflytande & delaktighet i fokus

Föreläsningar om behandlingar med fokus på inflytande och delaktighet samt om ADHD och ätstörningar. Träffa psykiatriens medarbetare och samverkanspartners på Dialogtorget. Stadshallen, Stortorget i Lund, kl 13:30-20:00

#### MIND - Föreläsning och fika

Är du intresserad av att veta mer om MINDs arbete för psykisk hälsa? Riksföreningen berättar om arbetet med bland annat suicidprevention. Möjlighet finns att ställa frågor och samtala. Välfärdens kök & café, Anckargripsgatan 3, Malmö, kl 18:00-19:30

#### Sanningen om mig - anorexi, självskadebeteende och PTSD

Min resa inom sluten psykiatrisk vård, olika behandlingar och kampen för ett friskt liv. Malmö Högskola, lokal ej bestämd, info vid anmälan, kl. 13:00-16:00 Anmälan via mail senast 7/10 till [makkapakka80@hotmail.com](mailto:makkapakka80@hotmail.com)



### Hälsolopp

Välgörenhetslopp för att uppmärksamma psykisk ohälsa.

#### MENTAL HEALTH RUN MALMÖ DEN 10 OKTOBER

Anmälan och mer info via e-post till [linal@nspshskane.se](mailto:linal@nspshskane.se)

#### RUN FOR MENTAL HEALTH I LUND DEN 8 OKTOBER

Anmälan och mer info via sidan [www.runformentalhealth.se](http://www.runformentalhealth.se)

Obs! Att gå eller springa loppet kostar fr 20 kr.



### Världsdagen i Lund

Lundaprofilen Johan Wester håller i trådarna och modererar under Världsdagen för psykisk hälsa den 10/10.

Stadshallen i Lund, kl 13:30-20:00



### Livsglädje i höstkvällen

Malmöbandet Eve "N" Us tonsätter berättelsen "Just nu och för alltid".

Biblioteket i Ängelholm den 11/10, kl. 19:30 samt Metropol i Hörby den 15/10, kl. 19:00



# Program

För mer information om programmet [nsphskane.se/skaneveckan](http://nsphskane.se/skaneveckan)

## TISDAG DEN 11 OKTOBER

### Frukostmöte med Kreativa Akademin

Studieförbundet Vuxenskolan bjuder in till samtal och visar på de vinster som kan göras genom att använda fortbildning för att motverka psykisk ohälsa. Kreativa Akademin medverkar.

**Studieförbundet Vuxenskolan,  
Östra Vallgatan 10, Kristianstad, kl 8:30–9:30**

*Begränsat antal platser, anmälan via [skane@sv.se](mailto:skane@sv.se) senast den 8/10.*

### Inflytande – från individ till strategi

Ett heldagsevenemang om hur NSPH Skåne ser på framtidens inflytandearbete. Vi bjuder på frukost, lunch och fika

**Baravägen 1, Stora Anshelmsalen, Lund, kl. 09:30–17:00**

*Föranmälan senast 6/10 till [anmalan@nsphskane.se](mailto:anmalan@nsphskane.se).*

*Ange ev. specialkost.*

### Staffanstorps öppna verksamhet för Psykisk hälsa

Citypunkten är en öppen träffpunkt för människor med psykisk ohälsa. Personal från boendestöd, handläggare, personligt ombud och arbetsterapeut informerar om sitt arbete.

**Citypunkten, Torget 5, Staffanstorp, kl 11:00-14:00**

### En mötesplats för personer med psykisk ohälsa

Ljusglimten har öppet hus. Vi berättar hur vi arbetar och bjuder på fika. Klockan 14.30, föreläsning om återhämtning – Att återerövra livet.

**Ljusglimten, Viktoriagatan 10, Hässleholm, kl 13:00-16:00**

### Arbetsmiljö och psykisk hälsa. Take action!

Välkommen till ett event om arbetsmiljö och psykisk hälsa. Vi bjuder på föreläsningar, personliga berättelser och ett livs levande uppslagsverk!

**Dunkers kulturhus, Stora konsertsalen,  
Helsingborg, kl. 13:00-16:30**

*Anmälan senast den 5/10 via 076-80 42 625 eller till [malin@humaninsikt.se](mailto:malin@humaninsikt.se)*

### Tillsammans för psykisk hälsa

Vad är psykisk hälsa för mig? Vilka verktyg och vilken hjälp finns? Föreläsningar, workshops och utställare för god hälsa och livskvalité!

**Allaktivitetshuset Gummifabriken,  
Västergatan 44, Skurup, kl. 14:00–19:00**

### ”LAIF” - En föreställning om livet

Kreativa Akademin ”Teater som arbetsmetod” ska hjälpa människor i ett utanförskap till ett innanförskap.

**Bibliotekets Hörsal,  
Blekingevägen 1, Staffanstorp, kl 16:30–18:00**

### ”Populärkultur och återhämtning”

Duke W. Shane och Olle Herrström pratar om vilken roll populärkulturen spelat i deras resor inom psykisk ohälsa och återhämtning.

**Kulturhuset, Valldamsgatan 2, Trelleborg, kl. 17:00–18:00**

### Just nu och för alltid - livsglädje i höstkvällen!

Drömprinsen hade diagnoserna ADHD, asperger och schizofreni. En sann berättelse om kärlek utanför ramarna tillsammans med bandet Eve'n'Us.

Arrangeras av Studieförbundet Bilda.

**Biblioteket, (Hörsalen), Stortorget, Ängelholm, kl 19:30–21:00**

## ONSDAG DEN 12 OKTOBER

### Frukostmöte med Kreativa Akademin

Studieförbundet Vuxenskolan bjuder in till samtal och visar på de vinster som kan göras genom att använda fortbildning för att motverka psykisk ohälsa. Kreativa Akademin medverkar.

**Studieförbundet Vuxenskolan,  
Glimmervägen 6, Lund, kl. 8:30–9:30**

*Begränsat antal platser, anmälan via [skane@sv.se](mailto:skane@sv.se) senast den 9/10.*

### Våga vara psyksjuk och dessutom med inflytande!

Följ en personlig livsresa och låt dig guidas via olika möjligheter till stöd för återhämtning.

**Teaterhallen Folkets Park,  
Östergatan 21, Tomelilla, kl. 09:00–13:00**

### Öppet hus på Lindens Träffpunkt

Kom och besök oss på Lindens träffpunkt. Vi bjuder på fika!  
**Lindgatan 3, Svedala, kl. 10:00–14:00**

### Peer support – En yrkesroll under utveckling

Peer support i Skåne efter mentorsprogrammet. Med erfarenheter från NSPH:s projekt, internationella utbyten samt från Skånes mentorer.

**Health Sciences Centre, (hörsal 2),  
Baravägen 3, Lund, kl. 13:00–16:00**

*Anmälan görs till [anmalan@nsphskane.se](mailto:anmalan@nsphskane.se) senast 11/10.*

### Lycka på fullt allvar

Psykolog Katarina Blom föreläser om förändringar, stress och lycka. Chefsöverläkare Sven Rydhög kåserar kring ”en psykiatri i förändring” Musikunderhållning och dialogtorg.

**Kulturkvarteret, Kanalgatan 30, Kristianstad, kl. 15:00–19:30**

### Mig och min familj, och vårt liv helt enkelt

Lisa Aronsson-Höglund, bloggande attitydambassadör från Hjärnkoll besöker oss och berättar om sitt liv med ADHD, tourettes och autistiska drag.

**Medelpunkten/Pilegården, Torget 7, Staffanstorp, kl. 16:30–18:30**

### Sanningen om mig – anorexi, självska debeteende och PTSD

Min resa inom sluten psykiatrisk vård, olika behandlingar och kampen för ett friskt liv.

**Församlingshemmet,  
Artillerigatan 2, Landskrona, kl. 18:00–20:00**

*Anmälan via mail senast 7/10 till [makkapakka80@hotmail.com](mailto:makkapakka80@hotmail.com)*

### ”Inställt pga Panik” - En föreläsning

Thor Rutgersson, författare av boken ”Inställt pga Panik”, föreläser om panikångest och depression. Ett samarbete mellan ABF Sydvästra Skåne och RSMH Trelleborg.

**Kulturhuset, Valldamsgatan 2, Trelleborg, kl. 18:30–20:00**

## TORSDAG DEN 13 OKTOBER

### Frukostmöte med Kreativa Akademin

Studieförbundet Vuxenskolan bjuder in till samtal och visar på de vinster som kan göras genom att använda fortbildning för att motverka psykisk ohälsa. Kreativa Akademin medverkar.

**Studieförbundet Vuxenskolan,  
Järnvägsgatan 11, Ängelholm, kl. 8:30–9:30**

*Begränsat antal platser, anmälan via [skane@sv.se](mailto:skane@sv.se) senast den 10/10.*

### Ett frukostseminarium om mobbing

I dialogform belyser vi mobbing och studiecirkelns fria arbetssätt och bearbetande effekter.

**Studieförbundet Vuxenskolan,  
Hamngatan 22, Trelleborg, kl. 8:30–9:30**

*Anmälan till [soderslatt@sv.se](mailto:soderslatt@sv.se) senast tisdagen den 11 okt.*

### Staffanstorps öppna verksamhet för Psykisk hälsa

Citypunkten är en öppen träffpunkt för människor med psykisk ohälsa. Personal från boendestöd, handläggare, personligt ombud och arbetsterapeut informerar.

**Torget 5, Citypunkten, Staffanstorp, kl 13:00–15:00**

### Radiofontänen live på Fontänhuset Malmö

En någorlunda vardaglig radioshow, av & med människor med psykisk ohälsa. Frekvens 89,2 Mhz.

**Fontänhuset Malmö,  
Engelbrektsgratan 14, Malmö, kl. 14:00–15:00**

### Ätstörning och fysioterapi – hur då?

Vi beskriver hur vi träffar och samtalar med klienten för att sedan behandla med först kroppskänedom och senare psykoterapi.

**Södra Avenyn, Nedre Nytorpgsgatan 13, (Ivån 5),  
Helsingborg, kl. 14:00–15:30**

### Tjejer med ADHD

Tjejer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) är svårare att upptäcka. Föreläsare är Marie Adolfsen – leg sjuksköterska med 20 års erfarenhet av psykiatri.

**Kulturhuset, Järnvägsgatan 23,  
(Röda salongen), Hässleholm, kl. 14:00–17:00**

### (H)järnkoll Skåne bjuder på kreativ eftermiddag

(H)järnkoll Skåne tar upp fördomar om psykisk ohälsa och Hjärnkollambassadör Tjipke håller sin föreställning Inte Riktigt Som Du.

**Tangopalatset, Amiralsgatan 47, Malmö, kl. 14:45–17:45**  
*Anmälan till [hjarnkoll@nsphskane.se](mailto:hjarnkoll@nsphskane.se) senast 12/10.*

### Salut till Hälsa!

Teater PsykBryt ger föreställningen Salut till Hälsa och Socialpsykiatrins boendestöd pratar om återhämtning och det sociala bemötandets inverkan – hinder eller möjlighet.

**Församlingshemmet, Arlov, Kyrkogatan 4, kl. 14:30–16:00**

### Pärldag med Frisk & Fri

Drop-in pärl dag. Alla intresserade - hjälp oss pärla FriBand mot ätstörningar – varmt välkomna! Vi stödjer, förebygger och påverkar tillsammans!

**Stadsbiblioteket, Karl Oscars Väg, Malmö, kl. 15:00–18:00**

### Sveriges vanligaste psykfall

Malin Jensen, konsult i arbetspsykologi samt Attityd-ambassadör för Hjärnkoll, föreläser utifrån egen erfarenhet av depression.

**Medelpunkten/Pilegården,  
Torget 7, Staffanstorp, kl 16:30–18:30**

### En kväll om självska debeteende och ätstörningar

Föreningen SHEDO och Sensus bjuder in till föreläsning av Jessica Andersson om självska debeteende och ätstörningar ur ett självupplevt perspektiv. En representant från SHEDO berättar om föreningen.

**Sensus, Studentgatan 2, Malmö, kl. 18:00–19:30**

### Inställt på grund av panik

En föreläsning om att kunna leva ett bra liv med arbete och sambo, trots panikångest, social fobi, tvångstankar och ätstörningar. Av och med författaren Thor Rutgersson i samarbete med ABF Malmö stad och RSMH.

**Tuppen, Tessins väg 10, Malmö, kl. 18:00–19:30**

### Linus Thörnblad om psykisk ohälsa

Han var en av världens bästa höjdhoppare 2006 till 2010, men tvingades hoppa av sin karriär. Nu berättar han om sina erfarenheter av psykisk ohälsa

**Kommunhuset, Norrevångsgatan 3,  
Vellinge, kl. 18:30–20:00**

*Anmälan sker via [Vellinge kommuns hemsida](http://Vellinge.kommuns.hemsida), [www.vellinge.se](http://www.vellinge.se)*

## FREDAG DEN 14 OKTOBER

### Öppet hus på Friskvårdsklubben

Föreläsningar om psykisk ohälsa och fysisk aktivitet. Prova på våra aktiviteter och få information om vad Friskvårdsklubben kan erbjuda. Vi bjuder på fika!

**Rönneholms idrottshall, (ingång via Major Nilssonsg.),  
Malmö, Kl. 10:00–15:00**

### Rehabilitering med hjälp av Fontänhusmodellen!

Vi stödjer människor med psykisk ohälsa på vägen till återhämtning. Vi skapar mening och bryter isolering.

**Fontänhuset Malmö, Engelbrektsgratan 14, Malmö, kl. 13:00**

### Teaterföreställning av Kreativa Akademin

Kreativa Akademin från Lund spelar en presentationsföreställning, efteråt blir det frågestund med skådespelarna och projektledaren.

**Kulturhuset Trelleborg, Valldamsgatan 2,  
Trelleborg, kl. 17:00–18:00**

## LÖRDAG DEN 15 OKTOBER

### Vänskap, dans och samtal med Hjärnkoll

En både festlig och viktig tillställning för dig som är 6–10 år samt föräldrar. Discodans och godisregn varvas med samtal om hur man är en bra vän och att vi alla är olika.

**Mejeriet, Stora Södergatan 64, Lund, klockan 13–15**

### Just nu och för alltid - livsglädje i höstkvällen!

Drömprinsen hade diagnoserna ADHD, asperger och schizofreni. En sann berättelse om kärlek utanför ramarna tillsammans med Malmöbandet Eve'n'Us. Arr; ABF och Hörby kommun.

**Metropol, Nygatan 19, Hörby, kl. 19.00–20:30**

## SÖNDAG DEN 16 OKTOBER

### Öppet hus med musikkafé för psykisk hälsa

Allmänheten bjuds in till underhållning och presentationer av verksamheter i patient- brukar- och anhängarföreningar. Representeranter för RSMH, Attention, LIBRA och IFP finns på plats.

**Nya Psykiatrihuset, Baravägen 1c, Lund, kl. 13:00–16:00**