




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

Alla arrangemang är kostnadsfria!

Program finns på Facebook: [facebook.com/psykeveckan](https://www.facebook.com/psykeveckan)

 För att öka tillgängligheten webbsänds markerade föreläsningsblock via Psykeveckan på Facebook

#### Kontaktpersoner

**ABF:** Katarina Hjelte 0918-10755

**Vuxenskolan:** Gunilla Lindström

**Svenska kyrkan:** Dorota Lindström 072-2224752

**Norsjö kommun:** Mari-Louise Skogh 0918-140 00

#### Jourhavande medmänniska

**Telefon:** 08-702 16 80 telefontid: 21.00-06.00 varje natt

**Hemsida:** [www.jourhavande-medmänniska.com](http://www.jourhavande-medmänniska.com)

#### Röda korsets telefonjour

**Telefon:** 0771-900 800 Telefontid: 14.00-22.00 varje dag

**Hemsida:** [www.redcross.se](http://www.redcross.se)

#### Psykeveckan är ett samarrangemang mellan:

ABF, Norsjö kommun, Region Västerbotten, Svenska kyrkan, Vuxenskolan



Svenska kyrkan 

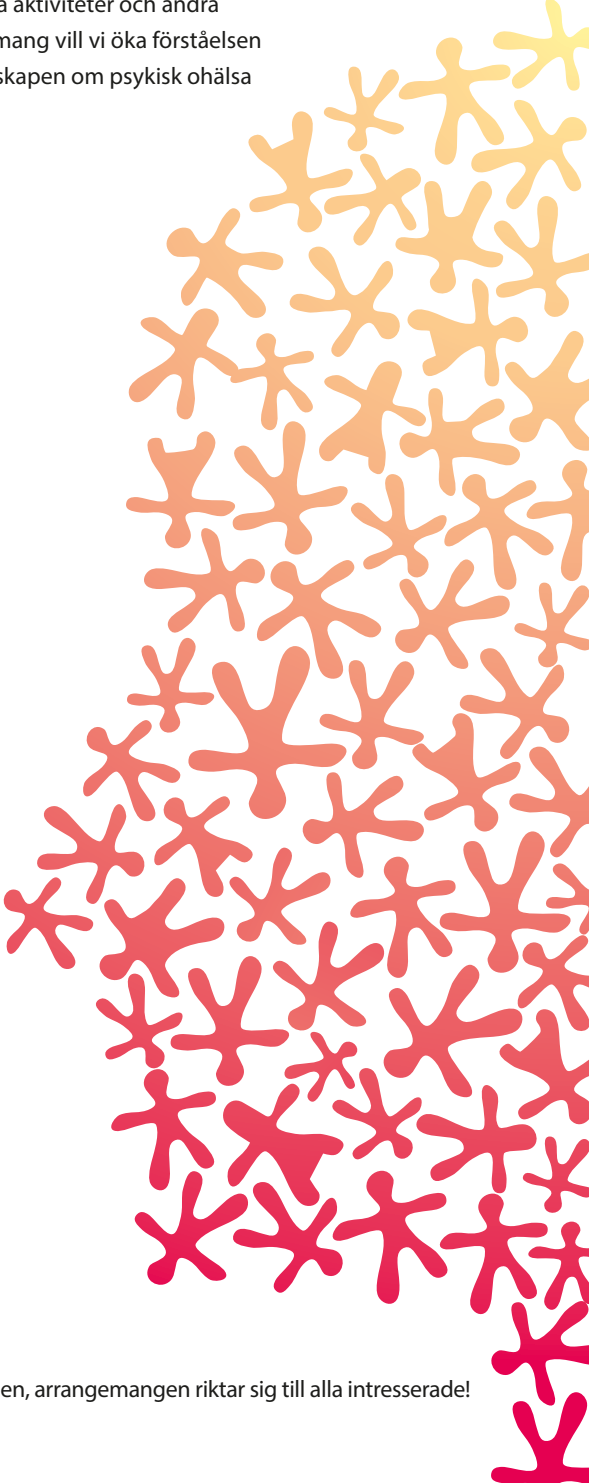


# Se livets möjligheter! Psykeveckan Västerbotten **V45**

4 – 8 november 2019 i Norsjö

## Psykeveckan

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



Välkommen, arrangemangen riktar sig till alla intresserade!

# Psykeveckan V45

## Program Norsjö

**Måndag 4 november**

**18.00-20.00 Föreläsning av Rebecca Anserud**

Rebecca Anserud har satt ett ansikte på bipolär sjukdom i Sverige och är i dag en av Sveriges mest eftertraktade föreläsare inom psykisk ohälsa och syns ofta i media.

Under föreläsningen berättar hon blottande och modigt om sin erfarenhet av bipolär sjukdom och vågar bjuda på sig själv. Publikens reaktioner resulterar både i skratt och tårar och lämnar ingen oberörd

**Plats:** Medan Folketshus

**18.00-19.00 Körsång ger glädje och hälsa**

Allsång med The Voices.

**Plats:** Klockarbo

**Onsdag 6 november**

**17.00-17.30 Webbsändning:**



**Kulturinslag av Ida Boija**

Artist och låtskrivare, med text som berör bröstna hjärtan, psykisk ohälsa, och normkritiskt perspektiv, så blottar hon djupet i det som skaver

**Plats:** Biblioteket

**17.30-20.00 Webbsändning:**



**Inspirationsföreläsning - medmänniska  
Av Björn Uglem**

Fånga det positiva i tillvaron, skratta, lev, lita på ditt omdöme. Föreläsningen startar en inre process hos deltagarna och får dem att lättare se möjligheter samt känna glädje över sina liv

**Plats:** Biblioteket

**Torsdag 7 november**

**12.00-13.00 Webbsändning:**



**Tillsammans mot ensamheten, vad kan vi göra?  
Av Guy Lööv**

Utredningssekreterare för den nationella äldreplanen. Hur kan vi möta äldres ofrivilliga ensamhet? Vilka orsaker till denna ensamhet finns och hur bemöter och anpassar vi vårt samhälle så vi kan lära oss att se och förebygga för de människor runt oss som är mest utsatta

**Plats:** ABF

# Övrigt vecka 45

**Under bibliotekets öppettider  
måndag till fredag 7.00-16.00**

**Bokbord**

Tema psykisk hälsa

**Kyrkorummet**

Ett rum för lugn och ro

**Knutén**

Vill du veta mera om Knuténs verksamhet – kom på besök!

# Webbsändning

Webb: Region  
Västerbotten



Facebook: ABF  
Umeåregionen



Facebook:  
Psykeveckan v45  
i Västerbotten



Här kan du själv gå in och se de föreläsningar som erbjuds i hela Västerbotten och som just du vill se.

Du kan scanna in QR koden direkt i tex telefonen eller gå in via dator på [www.regionvasterbotten.se](http://www.regionvasterbotten.se)

För att kunna se på Facebook måste du ha ett konto och vara inloggad

**Vid frågor om webbsändningar:** kontakta ABF 0918-107 55