



VÅGA PRATA – om psykisk ohälsa!

HJÄRNKOLL – VÄSTERBOTTEN på ”turne”!

25 – 28 september 2019

Vi reser genom Västerbottens läns delar av Södra Lappland, 25 – 28 september, och vill gärna stanna till på Din/Er ort och sprida kunskap och minska stigma om psykisk ohälsa.

Vi vill, i samarbete med Er, erbjuda kostnadsfri föreläsning eller annat arrangemang med någon av våra Attitydambassadörer som talar om sin Egen Erfarenhet av psykisk ohälsa.

Vi vill tillsammans med Dig från orten, planera för en träff där psykisk (o)hälsa är fokus för stunden men också där vi tillsammans kan samtala om vad vi kan göra för att det kan bli någon form av mötesplatser, möjlighet till samtal, skapa hopp om förändring på Er ort även efter september 2019.

Hjärnkoll – Västerbotten är en länsförening som för cirka tre år sedan startade i Västerbotten. Den dåvarande regeringen ansåg att informatörsverksamheten skulle ägas och bäras av aktörer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa därför startade Hjärnkoll – Västerbotten sin verksamhet i vårt län.

En del av vårt uppdrag är att öka kunskapen och minska stigma om psykisk ohälsa samt samverka med regionen, landsting och kommuner, i Västerbotten för att utveckla arbetet kring psykisk ohälsa.

Våra medlemmar är lokalföreningar, inom området psykisk ohälsa/funktionsnedsättningar samt enskilda personer som har egen erfarenhet av psykisk ohälsa, anhöriga samt andra som på olika sätt är verksamma inom området.

Vi har ett 25-tal Attitydambassadörer, vilka är personer med Egen Erfarenhet av psykisk ohälsa på olika sätt, i Västerbotten.

Våra Attitydambassadörer vill på olika sätt sprida sin Egna Berättelse för att minska på den oror och det tabu som psykisk ohälsa många gånger fortfarande innebär, både för den som är drabbad men också för anhöriga.

Västerbotten är ett stort län och många aktiviteter och medel centreras till städerna i kusten och därför vill vi nu komma till platser runt om i S Lappland för att presentera oss, skapa möten och samtal om vilka behov som finns och vad vi tillsammans kan göra för att öka kunskapen och minska stigma.

I slutet av september 2019 åker vi, tillsammans med några av ambassadörerna på en "turne" i Västerbottens del av S Lappland.

Vi önskar, tillsammans med Er, planera för någon form av aktivitet då vi besöker Er ort.

Kanske en föreläsning med en Attitydambassadör med möjlighet till samtal om vad som kan utvecklas i Ert område och hur vi tillsammans skulle kunna göra detta.

Med på turnen har vi även en utställning, på några A4-tavlor som vi gärna hänger upp i ert bibliotek, kommunhus, hälsocentral, skolor eller liknande. Utställningen innehåller Egna Berättelser, som skapar hopp, av egnerfarna personer samt bilder.

Våra ambassadörer är allt ifrån dryga 20 år upp till pensionsålder med olika diagnoser, erfarenheter av både öppen-vård, slutenvård, arbete, studier, idrott, sjukskrivningar, utanförskap, ensamhet, skolgång, skam och rädsla men också hopp om återhämtning, återgång i arbete eller studier efter långa sjukperioder.

Är Du/Ni intresserade till ett samarbete kan Du höra av Dig till någon av kontakterna nedan så fort som möjligt, dock senast **19 augusti** så hjälps vi åt att hitta lösningar med lokaler, tidpunkter och innehåll som passar för Din ort.

Hoppas att vi ses i september!

Hälsningar

Britt-marie "Brittis" Malm
Samordnare

Styrelsen
Hjärnkoll-Västerbotten

Kontakta:

Marjet Gustavsson
070 605 75 49
marjet.gustavsson@gmail.com

Lage Grankvist
070 286 98 15
lagegran@gmail.com

Hjärnkoll-Västerbotten
072 341 92 36
samordnare.hjarnkollvb@gmail.com

<http://www.hjarnkollvasterbotten.se/>

www.facebook.com/search/top/?q=hjarnkoll-vaesterbotten&epa=SEARCH_BOX



