



## Välkommen till föreläsningar om psykisk ohälsa

5 maj 2017 kl. 18.00-20.30  
Mötesplats Göteborg  
Södra Allégatan 1B

Ni kommer få höra några av Hjärnkoll i Västra Götalands ambassadörer berätta om sina personliga erfarenheter av psykisk ohälsa och deras återhämtning.

I Sverige har tre av fyra personer erfarenhet av psykisk ohälsa - antingen egen eller som närstående. Ändå är tystnaden utbredd. Den 5 maj genomför Hjärnkoll en nationell aktivitet med syfte att få många människor att på ett konkret visa sitt engagemang kring psykisk hälsa och ohälsa.

Genom att bjuda in människor till detta event hoppas vi kunna bidra till mer öppenhet kring psykisk ohälsa, att människor under 5 minuter den 5 maj pratar om psykisk ohälsa - vid detta tillfället, på jobbet, i bussen, med grannen, vid bardisken, ja varsomhelst.

Vi bjuder på dryck och tilltugg. Begränsat antal platser. Program ser ni nedan.

**FRI ENTRÈ!**



# Program VÅGA PRATA

5 maj 2017 kl. 18.00 - 20.30, Mötesplats Göteborg, Södra Allégatan 1B



Jag heter Siri Holm och jag är musiker och föreläsare. I femton år har jag brottats med psykisk ohälsa, bipolär sjukdom, självskadebeteende och PTSD efter en trasslig uppväxt.

När jag för två år sedan hittade mitt hem inom musiken började saker vända, nu kombinerar jag musiken och föreläsningar för att öka förståelsen och kunskapen om psykisk ohälsa.

Jag heter Staffan Stridsberg och är bosatt i Vänersborg sedan några år tillbaka. Jag fick diagnosen Adhd för tio år sedan. Det var starten på en ny livsresa, som pågår än idag.

Min enda intention är att inspirera till nya tankar och idéer. Ifrågasättande och acceptans har varit livsviktiga verktyg för mig, och det personliga målet har sedan 2007 varit att lära känna sig själv. Om detta och mycket annat vill jag dela med mig av till andra.



Håll utkik för mer specifikt program på [www.facebook.com/NSPHiG/](https://www.facebook.com/NSPHiG/) eller kontakta Therese Möller.