

Suicidpreventiva veckan Gotland 4 - 11 september

En plattform för lärande och nätverkande, kultur, samtal och andra aktiviteter som främjar existentiell hälsa och psykiskt välmående.
Arrangeras av Nätverket för psykisk hälsa på Gotland.



Alla arrangemang är kostnadsfria - mindshiftsverige.se/gotland



4/9

Wisbygymnasiet kl. 18.30-20.00
Aulan

Henrik Wahlström

Att leva med och tala
om psykisk ohälsa

Psykisk ohälsa berör oss alla –
direkt eller indirekt.
Men hur pratar vi om det
på ett sätt som gör skillnad?



5/9

Visby domkyrka kl. 18.30-20.00
Församlingshuset

UllaKarin Nyberg

Psykisk hälsa och
suicidprevention

Få värdefulla insikter och praktiska
verktyg för att stärka förmågan
att hjälpa unga.



6/9

Tallunden kl. 12.00 och 14.00
Utomhus

Emelie Brandt Rossander

Mindfulnessvandring
i Tallunden

Medveten närvaro är en metod
som kan användas för att hantera
bland annat stress, oro och smärta.



7/9

Hejnum kyrka kl. 11.00-13.00
Högmässa, enkel fika och föredrag

**Högmässa & föredrag
Erik Eckerdal**

Hur blir jag lycklig -
om lycka och andligt liv

Vad betyder det egentligen att vara
lycklig och på vilket sätt kan ett andligt
liv bidra till välmående och lycka?



7/9

Strand hotell kl. 18.00-19.00
Bryggarsalen

**Föreställning
Gisela Herb & Peter Jankert**

"Tig inte" - en röst
för demokrati och
medmänsklighet

Vi måste vara uppmärksamma och
vaksamma när yttrandefrihet och
medmänsklighet långsamt nedmonteras,
på ett sätt som gör skillnad?



10/9

Suicidpreventiva dagen

Tjelvarkyrkan kl. 18.30-20.00

Föredrag & fackeltåg

Caroline Brag &
Alicia Brandt Rossander
Två sidor av samma resa
- psykisk ohälsa ur
olika perspektiv

Efter föredraget är det möjligt att
delta i ett fackeltåg från Tjelvarkyrkan
till Visby Domkyrka som är öppen
med musik och för ljusstädning.

MIND//SHIFT

MindShift Gotland = Nätverket för psykisk hälsa på Gotland är ett samarbete där region, kommun, näringsliv, civilsamhälle har gått samman för att öka kunskapen kring psykisk ohälsa, främja psykiskt välmående, lyfta tabun och sprida kunskap.

Region Gotland Visby stift TvåRum - Visby domkyrkoförsamling Sjukhuskyrkan Anhörigstödet
Tjelvarkyrkan Vårdklockans kyrka NSPH - Hjärnkoll Gotland SHEDO Attention Frisk & Fri Spes Rise
Psykiatrien Ungdomsmottagningen RF-SISU Studieförbundet Bilda Sensus studieförbund Folkuniversitetet

