



TILLSAMMANS

VECKAN

- För psykisk hälsa -

Program

Tillsammansveckan i Norberg 7-13 oktober

Måndag 7 oktober

Samtal: "Läsandet öppnar nya världar"

Att stärka läsningen bland unga är en viktig uppgift för att utveckla deras fantasi, kritiska tänkande och språkkunskaper. Denna kväll träffar vi Angelica Öhrn, författare till barn- och ungdomsböcker, och en av årets Västmanland läser författare. Helena Öberg Carlsson, kulturutvecklare litteratur på Region Västmanland, leder samtalet.

När: Måndag 7 oktober kl. 17.00-19.00

Plats: Teaterbiografen, Järnvägsgatan 53

Pris: Gratis

Arrangör: Kvinnoakademin i Norberg & Norbergs bibliotek

Måndag 7 oktober

Föredrag: "Alla kan inte ha storlek 38" med Inger M Johansson

Inger var 53 år då hon efter många års utmattningsdepression, ångest och en livskris äntligen fick en utredning som visade att hennes känslighet berodde på att hon hade Aspergers syndrom. Inger berättar öppet om sina fem år inom både öppen och sluten vård, att inte bli trodd, hur hon medicinerades tungt men till slut valde att sluta med medicineringen som tog hennes liv ifrån henne.

När: Måndag 7 oktober kl. 18.00-19.30

Plats: Mariagården, Engelbrektsgratan 65

Pris: Gratis

Arrangör: Svenska kyrkan Norberg-Karbennings församling

Tisdag 8 oktober

TillsammansVandring

Vandra tillsammans med andra! Följ med på en vandring i skogen ovanför Karlberg. Här finns plats för samtal, skratt och stöd, där alla är välkomna, oavsett ålder, bakgrund eller förutsättningar. Samtidigt stärker du både kropp och själ genom fysisk aktivitet och social gemenskap. Tillsammansvandring ger dig chansen att uppleva naturens lugn, samtidigt som du bidrar till att göra skillnad för dem som känner sig ensamma eller utanför. Vi avslutar med att grilla korv med bröd på Nya Lapphyttan.

När: Tisdag 8 oktober kl. 12.00 och kl. 17.00.

Plats: Nya Lapphyttan, Karlberg 41

Pris: Gratis

Arrangör: Norbergs kommun

Onsdag 9 oktober

För ungdomar: Träffa Ungdomsmottagningen på UNKAN

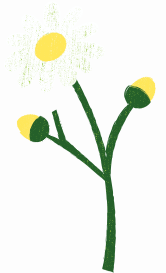
Att må dåligt ibland är en del av livet. Men det kan också vara psykisk ohälsa. Under onsdagen finns Ungdomsmottagning på plats på UNKAN för att samtala och ge information om hur du kan få hjälp, och tips för att må bättre.

När: Onsdag 9 oktober kl. 16.00-18.00

Plats: UNKAN, Fagerstavägen 16

Pris: Gratis

Arrangör: Norbergs kommun



NORBERGS
KOMMUN



TILLSAMMANS

VECKAN

- För psykisk hälsa -

Program

Torsdag 10 oktober -

Utbildning/Föredrag: "Ledare som lyssnar" för ledare inom föreningslivet

En lärgruppsträff för ledare i föreningslivet där vi tillsammans med en samtalsledare går igenom Folkhälso-myndighetens utbildning Ledare som Lyssnar. Ledare som lyssnar är en webbaserad utbildning om psykisk hälsa för dig som leder barn och unga på fritiden. I utbildningen får du lära dig mer om psykisk hälsa och hur du kan upptäcka och stötta barn och unga som mår dåligt psykiskt. Du får även tips om hur du kan stärka den psykiska hälsan hos de barn och unga som du leder.

När: Torsdag 10 oktober kl. 19.00-21.00

Plats: Frida Hansdotter Arena, Fagerstavägen 16

Pris: Gratis

Anmälan: sekreterare@norbergsck.com

Arrangör: Norbergs Cykelklubb & RF-Sisu
Västmanland

Lördag 12 oktober

MåBraFilmFestival

Kl. 14.00 – "Psalmer från köket"

är en svensk-norsk film från 2003 som Bent Hamer fick idén till när han läste om köksundersökningar som har företagits i Sverige under efterkrigstiden.

Kl. 16.30 – "De åtta bergen"

handlar om vänskapen mellan två pojkar som så småningom växer upp till män och om innebörden att bli vuxen och den moderna människans längtan och sökande.

När: Lördag 12 oktober kl. 14.00-18.30

Plats: Teaterbiografen, Järnvägsgatan 53

Pris: Gratis

Arrangör: Norbergs Filmförening

Söndag 13 oktober

MåBraFilmFestival

Kl. 14.00 – "Post Tenebras Lux".

På den mexikanska landsbygden löper djuren fritt i grönskan intill lekande barn – men det är också djävulens hemvist tillika en plats för destruktiva naturfenomen. Juan har flyttat hit med sin familj och bor i en villa uppe i bergen. Minnen av det förflutna sammansmälter med framtidsförmimmelser i en familjehistoria som berör, fångslar och chockerar.

Kl. 16.30 – "Kött & blommor".

På Koskis köttfabrik i den pittoreska lilla staden Porvoo får åskådaren bevittna hysteriska möten, action och udda sexingredienser. För när slaktaren och floristen tröttnat på korvfabrikören och vill lära denne en läxa, går detta över styr. Det finska ordet "sidonataa" betyder trots allt inte bara blombindning, utan även bondage.

När: Söndag 13 oktober kl. 14.00-18.30

Plats: Teaterbiografen, Järnvägsgatan 53

Pris: Gratis

Arrangör: Norbergs Filmförening

Tillsammansveckan är en vecka där den psykiska hälsan uppmärksammas i hela Västmanland.

Tillsammans kan vi minska stigmatisering och öppna upp till samtal genom att skapa en känsla av trygghet att våga fråga, våga prata och våga lyssna om hur vi mår på insidan.

Mer info via norberg.se/



**NORBERGS
KOMMUN**