

# Vecka för psykisk hälsa

Delta  
utan  
kostnad!

## Existentiell ensamhet bland unga

8 september kl. 15-16

Tide Garnow, lektor vid Högskolan i Kristianstad, föreläser digitalt utifrån sin forskning om existentiell ensamhet bland unga. Lär dig mer om den okända existentiella ensamheten, som är en djupare form av ensamhet svår att sätta ord på.

**Plats:** Digitalt, via länk: [anslut här](#).

## Psykisk livräddning

9 september kl. 18-20

Suicidprevention i Väst (SPIV) föreläser digitalt för dig som vill bli tryggare att prata om psykisk hälsa och få verktyg att kunna agera när livet står på spel.

**Plats:** Digitalt, anmälan via: [Psykisk livräddning](#).

## Någon blir alltid kvar

10 september kl. 13.15-14.15

Hur skiljer vi på verklig skuld och skuldkänsla? Inger Händestam, förbundsordförande i Riksförbundet för Suicidprevention och Efterlevandestöd (SPES), föreläser om känslan av skuld när en anhörig har tagit sitt liv.

**Plats:** Lokal Härja, Vuxenskolan (Stadsbiblioteket vån 2).

## Harmony Gospel och ljusmanifestation

10 september kl. 19-20

Körsång med Harmony Gospel och tal i Tidaholms kyrka. Ta del av stöd som finns i kommunen. Kvällen avslutas med ljusständning på Gamla torget (cirka kl. 19.45).

**Plats:** Tidaholms kyrka, Norra Kungsvägen 6.



I Sverige tar cirka 1500 personer sitt liv varje år.

Suicidpreventiva dagen den 10 september har skapats av Världshälsoorganisationen (WHO) för att uppmärksamma arbetet med att förhindra självmord.

**Delta gärna i våra aktiviteter som är gratis och öppna för alla!**