

Program Verdensuka



Forebyggende Psykisk Helsetjeneste og Fjellhamar gård

Mandag 09. okt., kl. 14.15-15.30: «Hverdagsglede – fem grep for å bygge god psykisk helse» ved studenter fra Forebyggende Psykisk Helsetjeneste. **Sted: Fjellhamar gård.**

Tirsdag 10. okt., kl. 14.00: Organisert aktivitet og samhold i ungdomstiden med Katherina Koneva Malvik (Forebyggende Psykisk Helsetjeneste) og Amir Nqilas historie om hvordan han kom seg ut av et kriminelt miljø i Lørenskog. Det blir enkel servering. **Sted: Fjellhamar gård.**

Onsdag 11. okt., kl. 18-20: Kvinneklubben arrangerer et møte med temaet pusteteknikk og søvn med Ingvill Hekne (Forebyggende Psykisk Helsetjeneste). Kvinneklubben er en uformell møteplass for kvinner med erfaringsutveksling, aktuelle temaer og sosialt samvær. **Sted: Fjellhamar gård.**

Forebyggende Psykisk Helsetjeneste og MAI-senteret

Mandag 09. okt., kl. 12.15: «Hverdagsglede – fem grep for å bygge god psykisk helse» ved studenter fra Forebyggende Psykisk Helsetjeneste. **Sted: MAI-senteret**

Lørenskog bygdemuseum

Mandag 09. okt., kl. 18.00: «Hagen som terapi – en erfaringshistorie» ved Nina Berge i Fjøset på Lørenskog bygdemuseum. **Sted: Skårer gård.**

MAI-senteret, Mental helse ungdom Romerike og Forebyggende Psykisk Helsetjeneste

Tirsdag 10. okt. kl. 18.00: "Alltid med på laget", foredrag med Juma Iraki, Erkeengler. Musikalsk innslag med Lørenskog blåseensemble. **Sted: Storstua, Lørenskog hus.**

Tirsdag 10. okt. kl. 20.00: Humoristisk show med Sofie Frøysaa. Elever fra musikkskolen. Støttet av Lørenskog kommune, kultur. **Sted: Storstua, Lørenskog hus.**

Biblioteket Lørenskog (Ungdomsavdelingen, HEFO og Downtown)

Tirsdag 10. okt., kl. 17.30-20.00: «Motstand = styrke», foredrag med Adil Khan i Kunstsalen. Adil snakker usminket, brutalt, samfunnskritisk og ærlig om sine erfaringer rundt psykisk helse. Pause med gratis småmat, påmelding på facebook-arrangementet. **NB:** For 16 år og oppover.

Downtown, Volt og Utekontakten

Onsdag 11. okt., kl. 18.30: En panelsamtale med Abu Hussain og ungdommer fra Lørenskog, hvor de skal snakke om erfaringer og egne opplevelser om utenforskap og om det å finne sin plass i samfunnet. **Sted: Volt ungdomsscene, Lørenskog hus.**

Lørenskog kino

Fredag 13. okt., kl. 13.00: Filmvisning. Det blir vist en film med tema relatert til verdensdagen for psykisk helse.

Flere tjenester vil delta på stands i storefri på ungdomsskolene og de videregående skolene.



Lørenskog
kommune