

# NU STARTAR ANHÖRIGVECKAN!

med **Rebecca Anserud**

## Mina ord till dig som är anhörig

En föreläsning till dig som är anhörig till någon med psykisk ohälsa

Aulan Åkersviksskolan, Hovrättsgatan 2  
Sundsvall

**Måndag 30 september**

Kl: 1800-20.00



Rebecca Anserud är idag en av Sveriges mest eftertraktade föreläsare och hon är mest känd för sin föreläsning **Ett bipolärt hjärta** som handlar om hennes bipolära sjukdom

Under den här föreläsningen riktar hon fokus till alla dem som står bredvid någon som har psykisk ohälsa-**den här föreläsningen är tillägnad till dig som är anhörig**

Rebecca brinner för anhörigfrågor och under föreläsningen delar hon med sig utav tips och råd-utefter egna erfarenheter att vara anhörig och vad hennes egna anhöriga har betytt för henne,men även vad de tyckt varit svårt.

Det är vanligt att all energi och allt fokus läggs på den som är sjuk och att anhöriga inte prioriterar sig själva. Du som är anhörig glöm inte bort dig själv. Vem hjälper den som hjälper?

Föranmälan senast 23 september: web: [sv.se/vasternorrland](http://sv.se/vasternorrland)

Epost: [vasternorrland@sv.se](mailto:vasternorrland@sv.se)

Tel:010-175 55 80

FRI ENTRÈ

