



# Opne førelesningar

## Psykisk helse

Torsdagar kl. 19.00 - 20.00, Kjøpesenteret M44 – personalkantina

## Program våren 2018

- 25.01.18** **Å vera menneske er ikkje anten eller...**  
Ved rådgivar Bjarne Lemvik, Jæren DPS
- 01.02.18** **Diagnosar – til nytte eller ulempe?**  
Ved psykiater Stig Heskestad
- 08.02.18** **Frå negative tankar til meir glede i livet**  
Ved Kirsti Baustad, Svendsenhuset Bryne
- 15.02.18** **Vinterferie**
- 22.02.18** **Skammens ansikt**  
Ved prest og terapeut Johannes Høyvik, Jæren DPS
- 01.03.18** **Innsikt og utsikt – korleis vi ser på oss sjølv og menneske frå andre kulturar**  
Ved psykolog Anthony Hawke, Familievernkontoret
- 08.03.18** **Makt og relasjonar**  
Ved lærar Eli Bjuland, Tryggheim vgs og psykolog Toleif Salte, Familievernkontoret Bryne
- 15.03.18** **Å leva med kronisk sjukdom gir mange erfaringar**  
Ved erfaringskonsulent og vernepleiar Agathe Sveta
- 22.03.18** **Sov godt**  
Ved livsstilveileidar Gunhild Flatin Oftedal, Frisklivssentralen i Time
- 05.04.18** **Kva skjer med oss etter sterkt belasta hendingar og kva kan hjelpa oss**  
Ved psykolog Jeanette Samuelsen, BUP Bryne
- 12.04.18** **Korleis kan yoga medverka til god psykisk helse?**  
Ved psykolog Tine Inger Solum, Følelsessenteret

### Eit gratis tilbod for:

- alle interesserte
- pasientar/brukarar
- pårørande
- tilsette
- helsepersonell
- studentar



**Jæren dps**

N.K.S. Jæren distriktpsykiatriske senter AS