



Inbjudan till temadag 2016-11-29

Existentiell hälsa

Den existentiella hälsan handlar om hur vi tänker, känner och handlar i vårt liv. Att uppleva att livet är meningsfullt, att känna tillhörighet och ingå i sammanhang är existentiella frågor som rör många människor. Hur vi förhåller oss till livet påverkar vår fysiska och psykiska hälsa. Livssynen blir därför avgörande för om vi kan glädjas åt våra liv, oavsett om vi är fullt friska eller inte.

Program

Fika finns från 09.00

09.30 Välkomna!

09.30 Existentiell hälsa i vården
Cecilia Melder

10.30 Vad är meningen med livet?
Ullakarin Nyberg

11.30 Temagruppens arbete

12.00 Lunch

13.00 Vad görs på hemmaplan?
Gruppdiskussion

14.00 Samtalskort om existentiell hälsa – livsmod, livsglädje, livsmening
Lena Bergquist

14.30 Fika

15.00 När livet inte blir som man tänkt sig
Fredrik Ekdala

15.45 Summering och avslut

Föreläsare



Cecilia Melder är teol. dr. i religionspsykologi med inriktning mot existentiell folkhälsa. Arbetar som universitetslektor vid Uppsala universitet och THS.



Ullakarin Nyberg är suicidforskare Karolinska Institutet och överläkare Norra Stockholms Psykiatri. Författare till boken "Konsten att rädda liv – om att förebygga självmord".



Lena Bergquist arbetar med samtalsgrupper och metodutveckling inom området psykisk hälsa vid Studieförbundet Vuxenskolan i Västmanland och inom ett ESF-projekt för arbetslösa i Hedemora-Garpenbergs församling i Dalarna.



Fredrik Ekdala är skånsk skådespelare, komiker och föreläsare som drabbades av Parkinsons sjukdom för fyra år sedan.

När? Klockan 09-16

Var? [Lustikulla Konferens, Liljeholmen](#) (Stockholm)

Anmälan: Via denna länk, [länk till webbanmälan](#), senast 2016-11-15.

Dagen är kostnadsfri men avgift tas ut vid frånvaro som inte meddelats.