

VARMT VÄLKOMMEN TILL ETT UNIKT TILLFÄLLE;

STICKA FÖR HÄLSA

Om betydelsen av hur man kan använda en kreativ metod som stickning på vägen mot välmående och hälsa

Välkommen till en kväll med fokus på hur handens verk, och att använda sin kreativitet och skapande förmåga kan användas vid psykisk ohälsa. Joanna Nordstrand och medförfattare har beskrivit tre spår som stickning kan bidra med; genom att sticka kan man varva ner i vardagen, stickningen erbjuder en identitet som stickare och ett kravlöst socialt sammanhang, och aktiviteten stickning kan också skapa en struktur i vardagen som man mår bra av. Britt-Marie Sjöberg har egen erfarenhet av hur en långvarig utmattningsdepression också bidrog till en kreativ period av eget stickande, men också gav möten med många människor inom konstvärlden.

"Stickning vid psykisk ohälsa. Erfarenheter från den digitala världen". Joanna är arbetsterapeut och doktorand vid Sahlgrenska Akademin, Västra Götalandsregionen.

"Jag stickade en sju-och-en-halv-meter lång bok". Britt-Marie från Växjö berättar om erfarenheter av att skapa stickinstallationer i samband med psykisk ohälsa.

"Stickcafé och högläsning". Madeleine Lundman, Hälso biblioteket, berättar om kommande evenemang.

Tid: 2 oktober kl. 18.00-20.00

Plats: Gamla verkstan, Sigfridsområdet, Växjö

Vi bjuder på matig smörgås.

[Anmälan görs via denna länk](#) eller genom att skanna QR-koden senast den 22 september.

Det finns begränsat antal platser, först till kvarn...

För frågor mejla bodil.edvardsson@kronoberg.se

VÄLKOMNA!



HÄLSA, HUMANIORA & MEDICIN (HHM) I REGION KRONOBERG

HAR SOM MÅLSÄTTNING ATT FÖRDJUPA KOMPETENSER RÖRANDE RELATIONEN
MELLAN PATIENT OCH BEHANDLARE OCH MELLAN SAMHÄLLE, KULTUR OCH HÄLSA