**Psykiatriveckan 2022 Må bra-aktiviteter för alla**

Under psykiatri-veckan finns möjlighet till att pröva på work-shops på flera orter i länet.

Du är varmt välkommen att anmäla dig till någon eller några av följande aktiviteter som kan ge hälsa för själen och en god stund för dig.

**Måndag 14 november:**

* **Tranås:** Matlagning tillsammans där vi använder rena produkter.

Tid: 12.30-14.30

Ledare: Monica Broman.

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Storgatan 50, Tranås.

Anmälan: sv.se/tranas eller till Cecilia Nelson 0720–79 68 25

* **Sävsjö:** Yin-yoga – lugn yoga

Tid: 15.00-16.30

Ledare: Tina Andreasson

Plats: Hantverkaregatan 3, Sävsjö

Anmälan: sv.se/savsjo eller till Madeleine Sjöstrand 0704-31 39 18

**Onsdag 16 november:**

* **Sävsjö:** Pröva på akvarellmålning.

Tid: 14.00-15.00

Ledare: Lise-lotte Wikström

Plats: Köpmangatan 4, Sävsjö

Anmälan: sv.se/savsjo eller till Madeleine Sjöstrand 0704-31 39 18

* **Vetlanda:** Yin-yoga – lugn yoga

Tid: 15.00-16.30

Ledare: Tina Andreasson

Plats: Stationsgatan 5D, Vetlanda

Anmälan: sv.se/vetlanda eller till Madeleine sjöstrand 0704-31 39 18

**Torsdag 17 november:**

* **Nässjö:** Prova på Shared Reading – delad läsning

Tid: 10.00-11.30

Ledare: Anette Forssander

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Bäckgatan 4B, Nässjö. Anmälan: sv.se/nassjo eller till Cecilia Nelson 0720-79 68 25

* **Eksjö**: Prova på att måla med akryl-färger.

Tid: 13.00-15.00

Ledare: Anneli Gustavsson

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Kaserngatan 24a, Eksjö

Anmälan: [sv.se/eksjo eller till Cecilia Nelson 0720–79](http://www.sv.se/eksjo%20alt.%20Cecilia%20Nelson%200720-79) 68 25

* **Aneby:** Prova på att skapa med Ull.

Tid: 16.30-18.30

Ledare: Christina Hultman

Plats: Studieförbundet Vuxenskolan, Järnvägsgatan 40, Aneby

Anmälan sv.se/aneby alt. Cecilia Nelson 0720-79 68 25

* **Värnamo: Hundpromenad med tips och råd från hundinstruktör – Hundtrixet.**

Tid: 15-16.30

Ledare: Marianne Blixt

Plats: Apladalen, Värnamo centrum, Värnamo

Anmälan: sv.se/varnamo eller till Madeleine Sjöstrand 0704-31 39 18

* **Sävsjö:** Skapa med lera.

Tid: 16-17.30

Ledare: Sofia Fogelberg

Anmälan: sv.se/savsjo eller till Madeleine Sjöstrand 0704-31 39 18

