

Gå för psykisk hälsa

Välkommen till Tivoliparken Kristianstad

Lördagen 10 oktober med start 13:00



Kom som du är och gå, lunka eller jogga i parken eller runt Naturrum

Samling

Vi samlas intill scenen i Tivoliparken och börjar med lätt uppvärmning

Start

Alla ger sig i väg på promenad eller joggingrunda

”Walk and Talk” ger dig möjlighet att promenera och samtala med:

- en person med egen erfarenhet av psykisk ohälsa och återhämtning, en Peer supporter
- representanter från intresseföreningar
- ambassadörer från (H)järnkoll Skåne
- Tipspromenad med tema fysisk och psykisk hälsa

Gå gärna tipspromenaden eller besök vänskapsbänken för en stunds samtal

Avslutning

Efter målgång serveras grillad korv, vatten, choklad och Fogarolli bjuder på värmande dryck från cafévagnen.

Praktisk information

Hitta hit: Med tåg eller Regionbuss till centralstationen. Tivoliparken ligger söder om stationen. Vi möts vid ankdammen, strax söder om utescenen vid kanten av Helge å
Bilparkering längs västra Boulevarden, vid Teatern eller i anslutning till parkens norra del

Ingen föranmälan behövs och arrangemanget är kostnadsfritt

Mer information: Marie Gassne, marie.gassne@skane.se, 0725 99 79 48

Angelica Nilsson, angelica.nilsson@bromolla.se, 0709 17 10 81

Välkommen!

Nordöstra Skånes sex kommuner i samarbete med intresseföreningar och vuxenpsykiatri Kristianstad, Region Skåne, välkomnar till en inspirerande utomhusaktivitet i anslutning till Världshälsodagen för Psykisk hälsa 2025

