

## Föreläsning

# Att dansa tvångs- tango med systemen

- Amanda Romare, författare med ocd
- Adina Romare, manusförfattare med ocd



**Välkommen till en direktsänd föreläsning med Amanda och Adina Romare.** Vad har hänt sen Tvångstango? Och hur är det att både vara anhörig och själv ha ocd?

Amanda och Adina Romare behandlades för sina ocd-diagnoser i bästa sändningstid på SVT i somras. Nu berättar de hur det har gått efter tv-serien och hur det är att både vara anhörig och själv ha ocd. De börjar med sina egna berättelser för att sen svara på våra, och era, frågor.

**Datum: 13 april kl 17.45-19.45**

**Plats:** Studieförbundet Vuxenskolan, Kungsgatan 42

**Fri entré – alla är välkomna!** Vi bjuder på fika.

**Anmäl dig gärna i förväg (eller kom direkt) - Anmäl via qr-kod eller till [umea@sv.se](mailto:umea@sv.se)**

Läs mer



### Varför vi bjuder in

Bakom arrangemanget står OCD-förbundet, som arbetar för att sprida kunskap och minska skammen kring OCD och närliggande tillstånd. På plats i Umeå finns Birgitta Johansson, föreläsare via OCD-förbundet och ordförande i OCD-föreningen Västerbotten. Birgitta har själv levt med OCD i många år och vet hur viktigt det är att få stöd och mötas utan fördomar.

### Visste du?

Enligt WHO lever omkring 250 000 svenskar med OCD – men få söker stöd. Tillsammans kan vi bryta stigma.

## Föreläsning

# Nej! Varför tänker jag så här?

– Erik Andersson, leg. psykolog och forskare



### Välkommen till en direktsänd föreläsning med psykologen

**Erik Andersson**, som ansvarade för systrarna Romares behandling av ocd i SVT-serien "Tvångstango".

Varför får vi tankar som skrämmer oss och väcker skuld? Och varför tror vi att de betyder något?

Vi människor kan tänka vad som helst, men ändå tror många att vissa tankar säger något farligt om vilka vi är. Erik Andersson, leg. psykolog och forskare, pratar om förbjudna tankar: de som skrämmer, äcklar eller väcker skuld, och som gör att man börjar tvivla på sig själv. Genom patientberättelser, psykologi och idéhistoria visar Erik hur man kan förstå, stå ut med och till slut bli fri från sina tankars makt.

Läs mer

 **Datum: 11 maj kl 17.45-19.45**

 **Plats:** Studieförbundet Vuxenskolan, Kungsgatan 42

**Fri entré – alla är välkomna!** Vi bjuder på fika.



Anmäl dig gärna i förväg (eller kom direkt). Anmäl via qr-kod eller till [umea@sv.se](mailto:umea@sv.se)

### Varför vi bjuder in

Bakom arrangemanget står OCD-förbundet, som arbetar för att sprida kunskap och minska skammen kring OCD och närliggande tillstånd. På plats i Umeå finns Birgitta Johansson, föreläsare via OCD-förbundet och ordförande i OCD-föreningen Västerbotten. Birgitta har själv levt med OCD i många år och vet hur viktigt det är att få stöd och mötas utan fördomar.

### Visste du?

Enligt WHO lever omkring 250 000 svenskar med OCD – men få söker stöd. Tillsammans kan vi bryta stigmat.