



Insta  
Live

# Insta Live: Myyttikestit

Myyttikestit on pieni rupattelutuokio Instagramissa, ja syksyn aikana puramme erilaisia myyttejä.

**M**iksi mielenterveyteen ylipäättään liittyy erilaisia uskomuksia, asenteita ja vääriä luuloja? Miksi eri mielenterveysdiagnooseja helposti vähätellään, ei uskota tai niitä jopa pelätään, ja samalla vahvistetaan stigmaa?

Keskustelun pelisäännöt käydään läpi alussa. Kunnioitaan erilaisuutta!

## Kenelle?

Kaikille myyttien murtamisesta ja lyhyistä juttuhetkistä kiinnostuneille.

## Instagram

**Paikka:** Instagram Live

**Miten mukaan?** Ei ennakoilmoittautumista. Tulet vaan linjoille @mielenterveydenkl

**Mitä maksaa?** Ei mitään!

**Haku täällä, etsi kurssin nimellä:** [www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri](http://www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri)

**Ahdistus: Sä oot niin herkkä, että sä vaan aina ahdistut**

To 19.9. klo 18-18.30  
Kokemuspuhuja Maija

**Masennus: Niskasta kiinni vaan, niin kyllä se siitä!**

To 24.10. klo 18-18.30  
Kokemuspuhuja Annikki

**OCD: Etkö nyt vain voisi lakata ajattelemasta?**

To 21.11. klo 18-18.30  
Kokemuspuhuja Veera

**Kaksisuuntainen mielialahäiriö: Mania tekee kyllä tosi vaaralliseksi**

To 12.12. klo 18-18.30  
Kokemuspuhuja Maarit



Mielenterveyden  
keskusliitto

