

Voksne med medfødt hjertefeil  
inviterer til



## «LIVET ER ET USIKKERT PROSJEKT» WEBINAR OM PSYKISK HELSE

med psykiater Ingvard Wilhelmsen

Tirsdag 24. november arrangerer VMH det første i en rekke webinarer, med selveste hypokonderlegen Ingvard Wilhelmsen.

Wilhelmsen er psykiater og indremedisiner, vil blant annet snakke om hvordan Covid-19 er en kollektiv øvelse i å tåle usikkerhet og risiko, og hvordan det eneste vi kan ta kontroll over er våre egne holdninger og handlinger. Han vil også dele perspektiver på temaer som grubling og bekymring, usikkerhet og risiko, liv og død.

Webinaret vil gjennomføres via Zoom, rett hjem i din egen stue. Meld deg på, finn fram pledd, popkorn og PC og la deg både bli underholdt og opplyst.

I etterkant av webinaret vil VMH-chatten være åpen dersom du ønsker å snakke med noen.

Selv om vi helst skulle arrangert en fysisk samling, er vi glade for å likevel kunne invitere dere til litt påfyll i hverdagen.

Håper også dette kan være med på å gi deg en opplevelse av det unike VMH-fellesskapet.

Velkommen!

**Tirsdag 24. november**  
**klokken 19.00 til 20.30**

Webinaret er gratis for medlemmer av VMH. Er du ikke allerede medlem, koster det kun 50 kroner ut året!

Meld deg på og meld deg inn i VMH her:

<https://zubarus.com/signup.php?eventId=3055>