



Jonathan Hedström

Från Boliden till NHL - rakt från hjärtat

RF- SISU Värmland och Karlskoga Idrottshistoriska Sällskap bjuder in till en föreläsning med Jonathan Hedström

Jonathan spelade VM-final och uppfyllde drömmen om NHL - trots sina ätstörningar som startade då han var 17 år. Hans lagledare sa till honom "Fan vad tjock du är, Jonte!" och det var starten till en osund relation till mat och träning. Idag vill hockeyforwarden hjälpa andra att kunna prata om ätstörda beteenden, hur man blir frisk från dem. Framförallt män och unga killar där samtalet sällan sker.

Det blev elva säsonger i högsta serien i Sverige, spel i både NHL och KHL. Med drygt 80 landskamper och ett VM-silver för Jonathan Hedström, som under hela perioden på 20 år led av ätstörningar. När det var som värst hade Jonathan Hedström tappat kontrollen över sig själv fullständigt. Som den gången när han gick hem från en träning med KHL-laget CSKA Moskva och plötsligt svimmade.

Idag är Jonathan Hedström 41 år gammal, och det har gått fyra år sedan han påbörjade sin behandling. Han har en sund relation till mat och träning, där hans mående är bra. Vägen dit var dock allt annat än enkel och Jonathan känner idag ett ansvar att förmedla det dåliga ledarskapet han själv bevittnade under sin hockeykarriär. Något som fortgår i idrottsklubbar hela tiden, där man väljer att sopa svåra ämnen under mattan. Han pratar framförallt om psykisk ohälsa, machokultur och ätstörningar men också sin vinkel på prestation, gott ledarskap och motivation.

10 april 2025, 14.00-15.15

SagaBio, Nya Folkets Hus, Karlskoga

Kostnad

Kostnadsfri

Anmälan

Senast den 3 april via länken eller QR-koden nedan,
Maxantal: 100 personer

Kontakt/frågor

kristin.adamsson@rfsisu.se

► **Anmäl dig här**



Värmland