

Verdensdagen 2018



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE

Om Verdensdagen

Verdensdagen for psykisk helse er en internasjonal FN-dag og markeres offisielt 10. oktober. Målet er å øke bevisstheten om psykiske problemer rundt om i verden og mobilisere til innsats for psykisk helse.

Siden den første markeringen av World Mental Health Day i 1992 har Verdensdagen spredt seg til mer enn 150 land. Dagen er dermed den største globale markeringen for psykisk helse.

I Norge er Verdensdagen en informasjons- og folkehelsekampanje gjennom hele året, med lokale markeringer rundt den 10. oktober. Bakgrunnen er at vi i Norge ønsker at flest mulig skal få anledning til å delta på en markering.

Verdensdagen i Salangen

I Salangen kommune blir Verdensdagen for psykisk helse markert i uke 41, med en hovedmarkering onsdag 10. oktober.

Vær raus!

Tema 2018: "Vær raus"

Med årets tema «Vær raus» oppfordrer vi alle til å vise raushet i hverdagen. Å være raus med seg selv og andre kan bidra til god psykisk helse.

I 2018 ønsker vi derfor å vektlegge en viktig egenskap vi mennesker er født med, nemlig raushet. Raushet kan bety mye, og i årets kampanje har vi fokus på hvordan raushet kan gi bedre psykisk helse.

Mål for årets kampanje:

- Øke kunnskapen og åpenheten om at alle har en psykisk helse
- Øke kunnskapen om hva som gir gode levevaner
- Utfordre folk til å vise raushet i hverdagen

Aktiviteter uke 41

- Barnehage, barne- og ungdomsskole og videregående skole har fokus på psykisk helse hele uken
- Salangen skole gjennomfører «Trivselsdag» med aktiviteter hele dagen
- Salangen skole har helsesøster tilgjengelig for en prat eller informasjon
- Sjøvegan VGS har helsesøster og Nærværsteamet på plass. De har stand med informasjon og Nærværsteamet er tilgjengelig i friminuttene
- «Livsglede for eldre»-klassen på Sjøvegan VGS besøker Salangen bo- og eldresenter tirsdag klokken 13.00
- Biblioteket har en rekke bøker med fokus på psykisk helse og livsglede. Kom innom og ta en titt!

Tema 2018:
Vær raus



#verdensdagen #værraus #psykiskhelse