

Temavecka psykisk hälsa

12-18 november



- I bibliotekets folkhälsohörna finns det litteratur med tema psykisk hälsa hela veckan. Temat pågår i folkhälsohörnan under hela november.
- Onsdag 14 november 15:00-18:00 finns studieförbundet Vuxenskolan och ABF på biblioteket där du kan droppa in som du vill för en liten samtalsstund om psykisk hälsa/ohälsa. De har även med sig boktips och lite handarbete.
- Prova på skogsbad (skogspromenad med meditation) med Edsbygdens naturskyddsförening lördag 17 november 11:00. Samling vid Tavlans parkering. Kläder och skor efter väder.
- Dals-Eds församling inbjuder till att prova på körsång för vuxna med kyrkokören torsdag 15 november 18:00 i sockenstugan. De erbjuder även körsång för barn 6-12 år fredag 16 november 14.00–15.00 i källaren, Kyrkans hus.

- Steg för livet



Surfa in på www.stegforlivet.se och se en kortfilm hur psykisk ohälsa kan kännas och vad man kan göra för att göra skillnad. Där finns även dialogmaterial som man kan använda till filmen – passar jättebra att använda om man vill lyfta temat t ex på en arbetsplatsträff.

Om Steg för Livet

För en människa som mår så dåligt att själva livet känns omöjligt att utstå spelar sjukvården en mycket viktig roll. Framförallt för att förebygga i ett tidigt skede, men också för att rädda liv i en akut situation eller hjälpa på vägen tillbaka efter ett suicidförsök. Men hur tillgänglig och högkvalitativ sjukvården än lyckas bli så kan den aldrig ersätta de mänskliga möten som sker i vår vardag. Möten där vi, var och en av oss, kan göra skillnad för medmänniskor som mår dåligt. För vänner, kollegor, familj, släktingar och bekanta som tänker på självmord.

Eftersom självmord fortfarande, tyvärr, är väldigt tabubelagt är det för de flesta av oss svårt att prata om. Det kan kännas så svårt att vi inte ens vågar närma oss en människa som mår dåligt. Därför behöver vi hjälpas åt för att bryta tystnaden kring en alltför vanligt dödsorsak.

Hösten 2015 beslutade Västra Götalandsregionens psykiatriberedning att ge KPH (Kunskapscentrum för psykisk hälsa) i uppdrag att i samarbete med SPIV (Suicidprevention i Väst) ta fram en kampanj som riktar sig till allmänheten med syfte att sprida kunskap om hur självmord kan förebyggas. Hemsidan stegforlivet.se är en del av resultatet av detta uppdrag.

Förhoppningen är att vi – du, jag och människor i vår omgivning – ska få redskap för att våga närma oss människor som mår dåligt. Att vi ska hjälpas åt att sprida kunskapen om hur vi kan hjälpa en människa som funderar på att avsluta sitt liv.

Välkomna på öppet hus till Stödverksamheten Eden!

Tisdag 13 november 13:00-15:30

Den som är intresserad av verksamheten är välkommen på fika.
Personal och brukare inom Dals-Eds socialpsykiatri, finns på plats för
att informera om arbetet och verksamheten på Eden.



Vi finns på Delesgatan 4 c, källarplan
Tel: 0534-19193

Folkhälsodagen 2018

-tema psykisk hälsa

Stallbacken, Ed

Söndag 18 november 15:00- 17:45

- Martin Carling, kommunalråd och Linda Blomgren, folkhälsostrateg berättar om kommunens folkhälsoarbete kring psykisk hälsa.
- Folkhälsopriset delas ut.
- Vi bjuder på film "The perks of being a wallflower" med efterföljande dialogfika om filmen och om psykisk hälsa.
- I foajén kommer studieförbundet Vuxenskolan och ABF samt Attention och VSFB att finnas med information och material.

Varmt välkomna!

"The perks of being a wallflower"

I filmen får vi följa 15-åriga Charlie som är en outsider redan innan han börjar gymnasiet. Han bär på trauman och livet i ettan gör definitivt inte saken lättare! Men när han träffar Sam och Patrick upptäcker Charlie att det ibland är bättre att falla helt utanför ramarna än att bara smälta in. Filmen tar upp flera perspektiv av psykisk ohälsa och vad som kan göra att man mår bättre. Temat i filmen är allvarligt men presenteras på ett varmt och tänkvärt sätt som inte lämnar någon oberörd. Åldersgräns 11 år.

Arr: Dals-Eds kommun, Studieförbundet Vuxenskolan och ABF

Hela temaveckan arrangeras av Folkhälsorådet i samverkan med olika verksamheter i kommunen, föreningar och studieförbund. Foldern är sammanställd av Linda Blomgren, folkhälsostrateg.