

Torsdag den 12. oktober 2017 i Viborg

Kl. 15.30-18.00

'Vejen ud af en lukket verden'

Regionspsykiatrien Midt, Søndersøparken
Festsalen, Søndersøparken 4



- Markedsplads med boder for patient- og pårørende foreninger, for afdelingens forskellige behandlingsteams og for flere kommunale tilbud
- Rundvisningsrunder i afdelingen
- Overvær eller deltag i debat- 'forum'
- Indlæg fra En-af-Os-ambassadør
- Musikalsk underholdning med klassisk guitar

(se mere på www.psykiatrien.rm.dk/midt-sindetsdag)

• SindetsDag2017_faellesProgram_170907.pdf
09-2017

Tryk: Grafisk Service

Sindets dag

(World Mental Health Day 10. oktober 2017)



Væk med tavshed, tvivl og tabu om psykisk sygdom!



BEDRE PSYKIATRI
Involveret i den gode behandling



VIBORG
KOMMUNE



SKIVEKOMMUNE

markeres med
aktiviteter den
10. og 12. oktober
**Viborg, Skive og
Bjerringbro**



Sindets dag (World Mental Health Day) den 10. oktober er den dag, hvor der verden over sættes fokus på psykisk sygdom.

Sindets Dag markeres med aktiviteter i Viborg, Skive og Bjerringbro den 10. og 12. oktober.

Tirsdag den 10. oktober 2017 i Skive

Kl. 14.00-17.00 Aktiviteter på Rådhuset og i Det gamle Rådhus



Kl. 14: Åbningstale af Peder Christensen, formand for Skive Kommunes sundhedsudvalg.

Mød medarbejdere og borgere fra de lokale, kommunale og regionale psykiatritilbud samt interesseorganisationer.

- Hvad indeholder de forskellige tilbud i Skive?
- Hvad betyder det at have en sindslidelse?
- Hvordan kan man komme sig efter en sindslidelse?
- Hvor kan man mødes, og hvad er 'Mødestedet'?
- Hvilke tilbud er der til pårørende?
- Hvilken hjælp tilbyder Rusmiddelcenter Skive?
- Prøv 'promillebriller' og hør om rusmidler og forebyggelse
- Få testet 'din mentale sundhed' og få en snak om psykisk sårbarhed
- Udstilling af kunstværker lavet af mennesker med psykisk sårbarhed
- Prøv NADA (øreakupunktur)
- Musik på scenen

Tirsdag den 10. oktober 2017 i Viborg

Kl. 13.00-14.00

Åbent hus og rundvisning i Center for Mestring

Søndersøparken 16, Viborg
En kort introduktion til Center for Mestring og derefter rundvisning.

(se mere på www.mestring.viborg.dk)



Tirsdag den 10. oktober 2017 i Viborg

Kl. 14.30-15.30

Åbent hus og BBAT-øvelser i psykiatrisk fysioterapi i Sundhedscenter Viborg

Lokale 2A, Toldboden 1, Viborg

Du har mulighed for at komme og høre lidt om hvordan vi arbejder, afprøve lidt øvelser i form af BBAT og få en rundvisning i Psykiatrisk Fysioterapi.



Få en oplevelse af hvordan det er for dig at arbejde med BBAT øvelser, – Basic Body Awareness Therapi. Det er rolige øvelser i liggende, siddende og stående stilling, hvor vi arbejder med gentagelser og flow i bevægelserne, med kropsbevidsthed og kropsoplevelse, samt med nærvær og det at være til stede i nuet, også i samværet med andre mennesker.

(se mere på www.mestring.viborg.dk/Psykiatrisk-fysioterapi)

Tirsdag den 10. oktober 2017 i Bjerringbro

Kl. 19.00-21.30 vises filmen "Silver Linings Playbook" i Bjerringbro Biograf

Realskolevej 10, Bjerringbro

Psykinfo Viborg viser i samarbejde med Bjerringbro Biograf filmen "Silver linings playbook", som bl.a. handler om bipolar lidelse. Der startes med et kort oplæg af en ambassadør fra "En af os", som fortæller om det at leve med en bipolar lidelse. Billetter kan bestilles på www.bbbio.dk fra slutningen af september og koster 60 kr.



Se næste side: Vejen ud af en lukket verden