

INVITASJON



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER

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.

Tema 2018: "Vær raus"

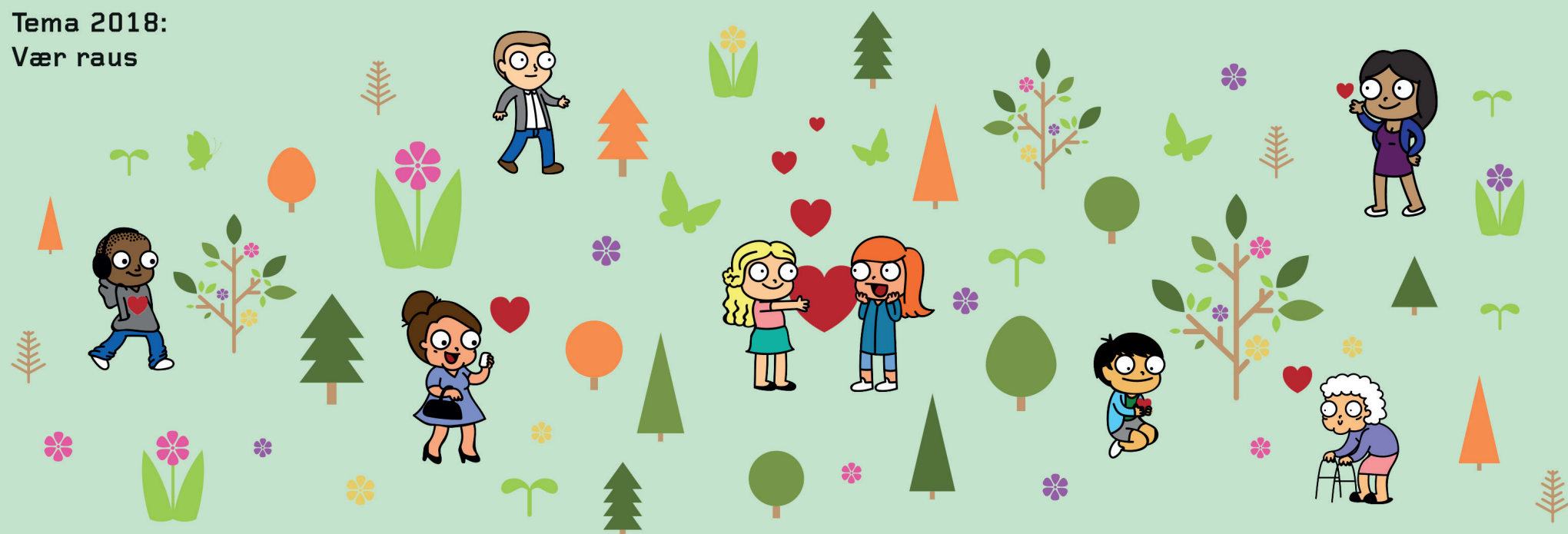
Med årets tema «Vær raus» oppfordrer vi alle til å vise raushet i hverdagen. Å være raus med seg selv og andre kan bidra til god psykisk helse.

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

Tema 2018:
Vær raus



#verdensdagen #værraus #psykiskhelse