

RÅDET FOR PSYKISK HELSE

Postadresse: Postboks 817 Sentrum, 0104 Oslo

Besøksadresse: Dronningens gate 13, 0152 Oslo

Tlf 23 10 38 80

Faks 23 10 38 81

post@psykiskhelse.no

www.psykiskhelse.no

Bank: 1609.08.79875

Org.nr. 971524499



SØKNAD OM OFFER TIL RÅDET FOR PSYKISK HELSE

10. oktober er det Verdensdagen for psykisk helse. Dette er dagen der tusenvis av lokale ildsjeler setter fokus på psykisk helse i sitt lokalsamfunn. Verdensdagen er en offisiell FN-dag som markeres over hele verden.

Vi trenger å snakke mer sammen er årets tema. For tredje året på rad handler Verdensdagen om å rette en felles innsats mot ensomhet og utenforskap, som er sentrale utfordringer for den psykiske folkehelse. Målet å bidra til at flere finner støtte og mening gjennom å snakke mer sammen - og å sette av tid hver dag til å ringe noen du bryr deg om. Det er enklere enn du tror, og betyr mer enn du aner.

I Norge oppgir over 44% at de er ensomme, i større eller mindre grad. En av fem opplever at de ikke har noen å vende seg til når de går gjennom noe vanskelig, og særlig er det mange ensomme blant unge voksne og blant de eldste. I årene fremover skal Rådet for psykisk helse løfte frem felleskap, relasjoner og samhold som viktige beskyttelsesfaktorer for vår psykiske helse. Gjennom folkehelsetiltaket Hverdagsglede øker vi kunnskapen om hvordan vi ved hjelp av fem aktive grep selv kan bidra til at vi får en høyere livskvalitet og bedre motstandskraft når vi opplever motgang og sorg. Grepene er utviklet på bakgrunn av omfattende forskning, og handler om hvordan vi ved å være oppmerksomme, gi, lære noe nytt, holde oss i aktivitet og knytte bånd bygger buffer mot psykisk uhelse. Dette gjelder for alle mennesker, i alle aldre. Vi kaller grepene den psykiske helsas «fem om dagen».

Vi håper Menighetsrådet ser positivt på vår offersøknad. Vi ønsker at dere vil sette søkelyset på psykisk helse i en eller flere gudstjenester, gjerne knytter det opp til Verdensdagen for psykisk helse 10. oktober. Vi tillater oss å foreslå denne begrunnelsen i gudstjenestens kunngjøringsledd:

*Dagens takkoffer går til det humanitære arbeidet som drives av organisasjonen
Rådet for psykisk helse og folkehelsetiltaket Hverdagsglede, fem råd for bedre psykisk helse.
Hverdagsglederådene oppfordrer oss til å knytte bånd og å ta vare på hverandre. Vi ber om en gave til
vårt arbeid for oppmerksomhet og kunnskap rundt betydningen av tilhørighet, fellesskap og relasjoner
for å forebygge ensomhet og utenforskap.*

Ønsker dere å vite mer ta gjerne kontakt med oss på telefon 23 10 38 80 eller gå inn på vår nettside.
www.psykiskehelse.no

Med vennlig hilsen

Rådet for psykisk helse

Tove Gundersen
generalsekretær

Rådet for psykisk helse; Er en frittstående paraplyorganisasjon, med 34 medlemsorganisasjoner, som skal være en pådriver for god psykisk helse. Vi skal styrke, støtte og bidra til forebygging, forskning, opplysning, kvalitetsutvikling, medvirkning og inkludering. Rådet for psykisk helses visjon er: Et samfunn som bidrar til god psykisk helse for alle.

Hennes Kongelige Høyhet Kronprinsesse Mette-Marit er beskytter for Rådet for psykisk helse

Medlemsorganisasjoner: ADHD Norge, Aurora - Støtteforening, Bipolarforeningen Norge, Hvite Ørn, Interessesgrupper for Kvinner med Spiseforstyrrelser (KS), LLH - Landsforeningen for lesbiske, homofile, bifile og transpersoner, Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse, Mental Helse, Mental Helse Ungdom, Kirkens SOS, Kirkens Sosialtjeneste, Norges Røde Kors, Norsk Tourette Forening, Rådgivning om Spiseforstyrrelser, Voksne for barn, Fagforbundet, Felleseksjonen (FO), Norsk Ergoterapeutforbund, Norsk Fengsels- og Fritidsforbund, Norsk Fysioterapeutforbund, Norsk Psykiatrisk forening, Norsk Psykologforening, Norsk Sykepleierforbund, Høgskolen i Buskerud og Vestfold, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU), Universitetene i Agder, Bergen, Oslo og Tromsø.