

Kom mentalt bedre gennem Corona på arbejdspladsen

– få inspiration og værktøjer til mental sundhed i arbejdslivet

Mange har fået udfordret deres trivsel i arbejdslivet under Corona-pandemien, mens andre har oplevet positive forandringer i arbejdslivet. Uanset om oplevelserne har givet udfordringer eller været positive, så giver forandringer på arbejdspladsen, mindre kontakt til kollegaer, andre vilkår for at afstemme forventninger og utryghed i jobbet anledning til, at der sættes fokus på god mental sundhed i arbejdslivet. Derfor afholder Velliv Foreningen og partnerskabet 'Sammen om mental sundhed' fem åbne arrangementer i forbindelse med Danmarks Mentale Sundhedsdag 2020.

Arrangementerne er gratis og som deltager får du og din arbejdsplads:

- Viden og konkrete værktøjer til at styrke mental sundhed og tage hånd om mistrivsel på din arbejdsplads
- Inspiration fra lokale arbejdspladser til arbejde med mental sundhed
- Mulighed for at tale med lokale ressourcepersoner, arbejdspladser og eksperter om, hvordan din arbejdsplads kan styrke fokus på mental sundhed.

Der er et begrænset antal pladser, som fyldes efter *først til mølle-princippet*.

Tilmeld dig allerede nu på <https://kfs.nemtilmeld.dk/series/danmarks-mentale-sundhedsdag-2020/>

KØBENHAVN - Mandag d. 28. september kl. 15:30-19:00

hos Finanssektorens Arbejdsgiverforening i samarbejde med DA og FH
Amaliegade 7, 1256 København K (40 pladser)

AARHUS - Mandag d. 5. oktober kl. 15:30-19:00

i samarbejde med CABI - Remisen, Godsbanen, Skovgaardsvej 3, Århus C
(65 pladser)

AALBORG - Tirsdag d. 6. oktober 15:30-19:00

hos FH i samarbejde med 3F, FOA og Dansk Metal
Hadsundvej 184, 9000 Aalborg (90 pladser)

KØBENHAVN - Onsdag d. 7. oktober 15:30-19:00

hos Falck Healthcare i samarbejde med Lederne
Sydhavnsgade 18, 2450 Kbh. SV (65 pladser)

ODENSE - Torsdag d. 8. oktober 15:30-19:00

hos 3F - Skibhusvej 52 B, 5000 Odense C (90 pladser)

Kontakt

Christian Døsing Sørensen
Komiteen for Sundhedsoplysning
Tlf: 22 30 32 30
Mail: [cgs@sundkom.dk](mailto:cds@sundkom.dk)

Om Danmarks Mentale Sundhedsdag

Danmarks Mentale Sundhedsdag giver alle danske arbejdspladser mulighed for at søge 10.000 kr. til et event om mental sundhed. Eventet skal foregå i regi af arbejdspladsen og handle om at skabe samtale og læring om mental sundhed i arbejdslivet. Det er Velliv Foreningen, der står bag Danmarks Mentale Sundhedsdag. Arrangementerne er et ekstra tilbud i forbindelse med Danmarks Mentale Sundhedsdag.

Om partnerskabet 'Sammen om mental sundhed'

'Sammen om mental sundhed' arbejder for at styrke den mentale sundhed på danske arbejdspladser med enkle, konkrete råd og værktøjer, der kan tages i brug her og nu. Se www.mentalsundhed.dk. 'Sammen om mental sundhed' er et bredt tværgående samarbejde mellem Sundheds- og Ældreministeriet og 47 partnere på tværs af organisationer, myndigheder, faglige selskaber og pensions-selskaber med kontaktflade til stort set hele det danske arbejdsmarked.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

KØBENHAVN - Mandag d. 28. september kl. 15:30-19:00

Parkering: Der er mulighed for at parkere ved Sct. Annæ Plads 32 (parkeringskælderen ved Skuespilhuset), samt i parkeringshuset Dronningens Tværgade 4.

AARHUS - Mandag d. 5. oktober kl. 15:30-19:00

Parkering: Der er p-pladser langs hallerne med indkørsel fra Skovgaardsgade. Pga. byggeaktivitet kan antallet af pladser variere. Vi henviser til Scandinavian Center eller Ceresbyen

AALBORG - Tirsdag d. 6. oktober 15:30-19:00

KØBENHAVN - Onsdag d. 7. oktober 15:30-19:00

Parkering: Der er mulighed for at parkere ved Falcks hovedbygning på P-pladser mærket "Falck". Efter parkering skal bilen blot elektronisk registreres i receptionen. Der er også mulighed for fri parkering i området udenfor Falcks hovedbygning.

ODENSE - Torsdag d. 8. oktober 15:30-19:00