



VERDENDAGEN
FOR PSYKISK HELSE

10.10.2021

Askøy kommune

Verdensdagen for psykisk helse 2021



Oppsummering og evaluering
ASKØY KOMMUNE



VERDENDAGEN
FOR PSYKISK HELSE

Vær oppmerksom
Vær til stede
Følg opp

#VDAskoy2021
#verdensdagenforpsykiskhelse
#følgopp

Markeringer i Askøy kommune 2021 Tema: Livet under og etter pandemien

- 1. september**
Fotokonkurranse om temaet "Livet under og etter en pandemi" på Askøy
Arranger: Arbeidsgruppen Askøy kommune
Sted: Askøy, Norge
Årets tema for verdensdagen for psykisk helse er "Livet under og etter en pandemi". Dagen...
Les mer
- 29. september**
Temakveld kjønn og identitet
Arranger: Askøy kommune, Origo barn & unge - livsmestring, psykisk helse og rus
Sted: Askøy Rådhus, Maltvikaneset, Kleppeste, Norge
Vi inviterer til temakveld for dag som bryter med samfunnets forventninger til kjønn. Foreningen FRI...
Les mer
- 30. september**
Diakonitjenesten på Askøy markerer verdensdagen for psykisk helse
Arranger: Kirkene på Askøy
Sted: Kleppeste Senter, Gamle Kleppestevegen 2, 5300 Kleppeste, Norge
Vi holder åpent i lokalene våre lokaler i 2. etg på Kleppeste senter mellom kl...
Les mer
- 1. oktober**
Bokutstilling 1-14. oktober
Arranger: Askøy folkebibliotek
Sted: Askøy Folkebibliotek, Kleppeste, Norge
Ved inngangen til Askøy folkebibliotek vil det bryne av fagbøker og romaner som passer i...
Les mer
- 2. oktober**
Utstilling "Møter mellom mennesker"
Arranger: Askøy kommune i samarbeid med frivillige i lokalsamfunnet
Sted: Haugland skole, Hauglandvegen, Hauglandshella, Norge
Utstillingen åpnes av ordfører 2. oktober ca. kl. 12.00 i forbindelse med arrangementet "Matpakker fra..."
Les mer
- 6. oktober**
Temakveld kultursensitivitet
Arranger: Askøy kommune, Origo barn & unge - livsmestring, psykisk helse og rus
Sted: Askøy Rådhus, Maltvikaneset, Kleppeste, Norge
Onsdag 6. oktober kl. 18.00 - 20.00 Er vi nysgjerrige på andre kulturer enn vår...
Les mer
- 7. oktober**
Lunsj på Frivilligsentralen med Askøy Slaggruppe
Arranger: Askøy Slaggruppe og Askøy Frivilligsentral
Sted: Klampavikvegen 1, Kleppeste, Norge
Lunsj med fokus på markering av verdensdagen for psykisk helse. Medlemmer av slaggruppen og pårørende...
Les mer
- 8. oktober**
Morgenaksjon på Kleppeste kai!
Arranger: Askøy kommune tverrfaglig og tverretattlig samarbeidsgruppe
Sted: Kleppeste Kai, Kleppeste, Norge
Vi stiller opp med kaffe, utdeling av goodiebags og godt humør for å markere Verdensdagen...
Les mer
- 9. oktober**
Åpen dag på Askøy Frivilligsentral
Arranger: Mental Helse Askøy og Askøy Frivilligsentral
Sted: Klampavikvegen 1, Kleppeste, Norge
Markering av verdensdagen for psykisk helse 10/10. Velkommen og kaffe er gratis, eller man kan...
Les mer
- 12. oktober**
Litt-tur
Arranger: Askøy folkebibliotek
Sted: Vatnavatnet, Kleppeste, Norge
Vi møtes på biblioteket og rusler bort til Vatnavatnet i Askøy hele familien til tur på Kleppeste. Her kan du lytte. Dronningen. Vi...
Les mer
- 11. oktober**
Ut på tur med Blå Kors Barnas Stasjon
Arranger: Blå Kors Barnas Stasjon
Sted: Ramanger terminal, Askøy, Norge
Mandag 11. oktober inviterer Blå Kors Barnas Stasjon Askøy hele familien til tur på Vatnavatnet. Vi...
Les mer
- 14. oktober**
Åpen dag på Blå Kors Barnas Stasjon Askøy
Arranger: Blå Kors Barnas Stasjon
Sted: Strusshammvegen 34
Vi vil komme en tur innom oss og se hvordan vi har det her på...
Les mer

Mer om arrangementene kan du lese på [Det skjer Askøy](#) eller på [Markeringer for Verdensdagen for psykisk helse](#)



Takk til alle bidragsytere og for gode innspill og samarbeid på tvers.

Rapporten er preget av at vi lever i en visuell tid, så mange bilder er tatt med for å vise mangfoldet av aktiviteter.

Den tverrfaglige arbeidsgruppen har bestått av Børge Follesøy som er leder for Mental Helse Askøy, Lisbeth Marie Aasebø som er folkehelsekoordinator, Astrid Bakke Soltvedt som er leder Blå Kors Barnas Stasjon, Marianne Hansen og Frøydys Flotve fra Askøy Folkebibliotek, Aasa Elise Hamre som er leder for Frivilligsentralen, Dag Folkestad som er kommunikasjonssjef i Askøy kommune, Linda Brynjulfen som frivillig, Trude Munkvold og Hildegunn Nordbakken som er diakoner i Kirkene på Askøy, Lisbeth Fauskanger, Gørild Wold og Sølvi Folkedal som er fagpersoner i Origo, avdeling barn og unge.



VERDENDAGEN
FOR PSYKISK HELSE

Askøy, 15.01.2022

Sølvi Folkedal,

På vegne av arbeidsgruppen

Innhold

Om Verdensdagen.....	3
5 grunner til å markere Verdensdagen	3
Tema 2021: Livet under og etter pandemien.....	4
Kampanjeperioden.....	4
Målgruppe og deltakere.....	4
Økonomi.....	5
Arbeidsgruppen har bestått av	5
Andre bidragsyttere.....	5
Evaluerings av de enkelte aktivitetene.....	5
Flagging med Verdensdag-vimpel.....	5
Fotokonkurranse	6
Åpen dag på Frivilligsentralen i regi av Mental Helse Askøy.....	7
Lunsjmarkering Askøy slaggruppe.....	7
Morgenaksjon på Kleppeskøyen.....	8
Askøy Blå Kors – Barnas Stasjon.....	9
Littur biblioteket.....	10
Turmat fra hele verden	11
Utstilling i Hauglandsskogen	12
Verdensdagen på Kolbeinsvarden.....	13
Hjertesteinprosjektet	13
Markering av Verdensdagen hos Diakonitjenesten	14
Temakaféer	14
Temakafé om kjønnsidentitet	14
Temakafé om kultursensitivitet	15
Informasjon om Verdensdagen på Voksenopplæringen.....	16
Markering i kommunestyret	16
Media	16
Askøy kommune:.....	16
Askøy24	17
Askøyværingen.....	17
SoMe	17
Det skjer Askøy.....	17
Verdensdagen.no	17
Annen registrert aktivitet.....	17
Askøy tannklinikk Vestland Fylkeskommune	18
Verdensdagen inspirerer	18

Om Verdensdagen

Verdensdagen for psykisk helse ble opprettet i 1992 da [World Federation for Mental Health](#) (WFMH) satte 10. oktober som en dag for å fremme kunnskap og bevissthet om psykisk helse i hele verden. Dagen markeres i mer enn 150 land på ulike måter.

I Norge er Verdensdagen den største kampanjen for psykisk folkehelse, og blir markert av skoler, kommuner, bedrifter og lokale organisasjoner over hele landet fra uke 39-42.

Mental Helse koordinerer kampanjen i Norge på oppdrag fra Helsedirektoratet.

Askøy kommune har i en årrekke tatt del i markeringer av Verdensdagen for psykisk helse. I dag er det Origo, avdeling for livsmestring, psykisk helse og rus som leder arbeidet, mens en tverrfaglig arbeidsgruppe med representanter fra flere tjenester og eksterne samarbeidsparter står for planlegging og gjennomføring.

Selve kampanjen for Verdensdagen er åpen for at alle som vil kan søke om å registrere sitt arrangement hos Verdensdagen, be om å få tilsendt gratis materiell til sin markering og benytte seg av andre ressurser hos Verdensdagen. Skoler, frivillige organisasjoner, enkeltpersoner og så videre, kan derfor skape aktiviteter uavhengig av arbeidet til den tverrfaglige gruppen i kommunen, noe som også har blitt gjort. Det er likevel ingen tvil om at den tverrfaglige arbeidsgruppen har bidratt til å sette psykisk helse på dagsorden i Askøy kommune i år, noe denne rapporten synliggjør.

5 grunner til å markere Verdensdagen

- ✓ Det blir lettere å dele tanker med andre, og å gi og få støtte
- ✓ Mindre tabu og skam rundt psykiske utfordringer
- ✓ Du er med på å skape et mer inkluderende nærmiljø
- ✓ Et rausere samfunn gir bedre psykisk folkehelse
- ✓ Du styrker din egen psykiske helse



Tema 2021: Livet under og etter pandemien

Vær oppmerksom. Vær tilstede. Følg opp!



Verdensdagen for psykisk helse har på mange måter aldri vært mer aktuell å markere enn i 2021.

Mange og lange måneder med sosial avstand, isolasjon og usikkerhet har satt sine spor i samfunnet. Folkehelseinstituttet sin undersøkelse om smitteverntiltak, livskvalitet og psykisk helse fra vinteren 2020, har vist at flere har slitt med ensomhet og psykiske plager i denne perioden. Unge og aleneboende, har hatt den største psykiske belastningen, og spesielt i områder hvor smitteverntiltakene har vært mest omfattende.

Livet midt i en pandemi har kanskje mer enn før gjort oss bevisst på at sosial kontakt med andre er en svært viktig helsefremmende faktor. Kommunen skal aktivt fremme sine innbyggers helse og trivsel, dette er tydelig forankret i Folkehelseloven. Åpne møteplasser utenfor hjemmet forebygger ensomhet. Det er derfor av betydning hvordan nærmiljø tilrettelegges for muligheten til deltakelse i lokalsamfunnet og i aktiviteter sammen med andre mennesker.

Verdensdagsaktivitetene i Askøy i 2021 har den fellesnevneren at de alle har samlet innbyggere på Askøy på ulike møteplasser. Det er i seg selv et viktig bidrag for å fremme folkehelsehelsen i kommunen.

Vi kan ikke bygge god psykisk helse på én dag, men Verdensdagen sin kampanje kan være en inngang til å sette psykisk helse på agendaen og initiere tiltak som monner og varer.

Kampanjeperioden

Markeringer av Verdensdagen ble gjennomført i Askøy kommune gjennom hele kampanjeperioden som strakk seg fra uke 39 – 42.

Målgruppe og deltakere

Vi har prioritert å gå bredt ut og mange av arrangementene har gått ut til hele befolkningen. Men noen av arrangementene har vært mer målrettet mot enkelte grupper av befolkningen. Eksempler på målgrupper som arrangementer og aktiviteter har vært rettet spesielt mot er single/aleneboere, minoritetsbefolkning, ungdom og menn.

Økonomi

Ansatte har funnet tid til arbeidet innenfor sin ordinære arbeidstid, frivillige har stilt med ressurser. For kommunen sine arrangement er det brukt av midler fra fond; donasjoner til arbeid med barn og unge. Blant annet har Askøy Rotary Club gitt støtte til å markere Verdensdagen for psykisk helse. De største utgiftene gikk til rammer og bilder til utstillingen. Andre utgiftsposter er bevertning, innhold i goodiebags, invitasjoner. Alle samarbeidspartnerne har stått for utgifter på egne arrangement. Innledere på temakveldene stilte opp gratis. Norsk Friluftsliv sponset arrangementet «Turmat fra hele verden».

Det kunne vært greit å ha avklart på forhånd et lite budsjett til dette arbeidet. Vi hadde kommet langt med kr 10 000. Da er det rom for å være litt kreativ og vi får mye igjen for pengene siden det er så stort engasjement rundt markeringen. Vi har også god erfaring tidligere år med å søke om økonomisk støtte til aktiviteter hos organisasjoner som Lions og Rotary med mer.

Arbeidsgruppen har bestått av

Folkehelsekoordinator, kommunikasjonssjef, Blå Kors Barnas stasjon, Origo Askøy barn og unge, Frivilligsentralen, Askøy Folkebibliotek, Mental Helse Askøy, Askøy kirkelige fellesråd.

Arbeidsgruppen hadde fire planleggingsmøter i forkant av kampanjeperioden. Alle ble gjennomført som nettmøter på Teams.

Andre bidragsytere

Tannpleiere fra Askøy tannklinikk, Askøy videregående skole, Frisklivssentralen og andre frivillige som ikke er knyttet til organisasjoner, men som har bidratt som enkeltpersoner.

Evaluering av de enkelte aktivitetene

Mange ulike arrangementer ble gjennomført i kampanjeperioden. I gjennomgangen som følger vil det være en kort oppsummering fra hvert arrangement med fokus på formål og målgruppe, utbytte og hva som er forbedringspunkter.

Flagging med Verdensdag-vimpel

Det var vindstille da bildet ble tatt, så den fine grønne Verdensdag-vimpelen var ikke så lett å få øye på. Det var likevel positivt at det lot seg gjøre å flagge fra fredag 8. oktober og fram til mandag 18. oktober som var ut kampanjeperioden.



Formål: I likhet med mange andre kommuner i Norge så markerte også Askøy kommune Verdensdagen for psykisk helse med å heise den spesielle vimpelen i en offentlig flaggstang. Formålet var å bidra til mer åpenhet og kunnskap om psykisk helse.

Målgruppe: Hele befolkningen

Utbytte: Vanskelig å si. Vi kunne synliggjort det på bedre nettsiden til kommunen eller facebook for å vise at vi er en kommune som velger å markere Verdensdagen med å flagge.

Forbedringspunkter: Mer vind? ☺

Fotokonkurranse

Sammen i arbeidsgruppen arrangerte vi en fotokonkurranse fra 1.-30.september som var veldig koronavennlig og lavterskel. Daglig leder i Frivilligsentralen, Folkehelsekoordinator og biblioteket har holdt mest i konkurransen. Denne konkurransen ble til en digital utstilling på biblioteket og vinnerbildene fikk premier.

Formål: Synliggjøring

Målgruppe: Hele befolkningen

Utbytte: Lavterskel konkurranse som alle kan delta på. Når både yngre og eldre deltakere. Sprer budskapet om årets tema på en fin måte. Godt samarbeid i kommunen.

Forbedringspunkter: Andre året vi har fotokonkurranse så det kan alltid forbedres fra år til år. Kan med fordel drive med mer målrettet markedsføring ut mot skolene.

"Livet under og etter en pandemi" FOTOKONKURRANSE

Årets tema for verdensdagen for psykisk helse er "Livet under og etter en pandemi"

Ta et bilde som passer temaet og tagg bildet med #VDAskoy2021 for å være med i trekningen av flotte premier! Konkurransen er åpen for alle!

01

Ta et bilde med tema "Spør mer" mellom 1.9-30.9

02

Merk bildet med hasjtaggen #VDAskoy2021 og #spør



For deltagelse og omgående konkurranse kan se på Facebooksiden til Askøy Frivilligsentral, Askøy Folkehelsekontor og Askøy kommune.

Konkurransearrangør er Askøy Folkehelsekontor, Askøy Frivilligsentral, Bli Kom Barne Steg, Askøy, Askøy, Askøy og Askøy. Askøy kommune i tillegg til Askøy og Askøy.



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE



Vinnerne av årets fotokonkurranse; Krisnfjellheim: «når verden faller sammen rundt deg er det viktig å finne lyspunkter i hverdagen», Lindsay Thomsen: «kaster munnbindet» og Linda Knappskog: «barnebarn og bestemor «Gjensynsglede»»

Åpen dag på Frivilligsentralen i regi av Mental Helse Askøy

En fin markering av Verdensdagen for psykisk helse i oktober med åpent hus. Det ble servert gratis vafler, kaffe og te. Det var mulighet for prat, lett musikk i bakgrunnen og vi hadde foredrag om psykisk helse blant ungdom.



*Leder for Mental Helse Askøy, Børge
Follesøy, takker foredragsholder
Marta Engevik Fjæreide, Mental Helse
Norge Ungdom.*

Formål: Vise innbyggerne i kommunen at det finnes lokal støttegruppe for dem som enten har psykisk uhelse eller er pårørende. Ved å invitere ekstern foredragsholder fra Mental Helse Ungdom ønsket lokallaget å nå ut til flere yngre.

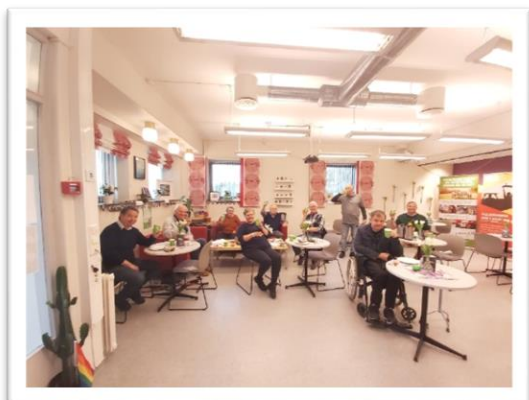
Målgruppe: Hele befolkningen.

Utbytte: ca. 15 møtte opp. Ønsket selvfølgelig flere, men de som var der fortalte om et spennende foredrag og hyggelig taffelmusikk.

Forbedringspunkter: Hvordan nå ut til flere med disse arrangementene?

Lunsjmarkering Askøy slaggruppe

Slaggruppen Askøy er en sosial møteplass for slagrammede torsdager kl. 11 – 14 (på utvalgte datoer). De bruker Frivilligsentralens lokaler til møteplass 1-2 ganger i måneden. Det er en selvhjelpsgruppe for personer i arbeidsdyktig alder som er rammet av slag. Slaggruppen markerte Verdensdagen på sin lunsjsamling.



*Medlemmer i Askøy Slaggruppe
skåler med
Verdensdagen-kopper ☺*

Formål: Lunsjsamling for medlemmer av Askøy Slaggruppe

Målgruppe: Medlemmer av Askøy Slaggruppe

Utbytte: Mer bevissthet rundt sin egen mentale helse og årets tema. Rundt 10 medlemmer snakket om årets tema og hvordan de selv hadde opplevd å leve under en pandemi.

Forbedringspunkter: Ingen. Blitt årlig tradisjon at Slaggruppen markerer Verdensdagen rundt 10.oktober.

Morgenaksjon på Kleppestøkaien

Fredag morgen 8. oktober var det surt og kaldt på Kleppestøkaien. Da var det nok ekstra hyggelig å møte smilende og vennlige mennesker som delte ut 200 goodiebags, kaffe fra Trigger og klemsjokolader. Vi fikk sponset kaffe fra Trigger og pulverkakao fra Meny på Kleppestø. Blå Kors Barnas stasjon, tannpleiere fra tannklinikken på Kleppestø, Origo Askøy med flere hjalp til. Et eget pakketeam hadde gjort klar goodiebags dagen i forveien, noen ble også pakket på stedet.



Formål: Synliggjøring

Målgruppe: Hele befolkningen

Utbytte: Vi traff opp mot 300 Askøyværingene som fikk en påminnelse om tema og et vennlig smil, i tillegg til det som ble delt ut av kaffe og godsaker. Positivt samarbeid på tvers av organisasjoner og kommunen. Deltakelse fra ungdom.

Forbedringspunkter: Det varierer litt fra år til år hvem som er med og hvor mange vi er. Vi hadde partytelt og reflekseveste så vi var en godt synlig gjeng, men vi kunne vært enda bedre på å synliggjøre tema på plakater. En skikkelig plakatholder som vi kan bruke om igjen hvert år hadde vært nyttig. Samtidig så lå det små infobrosjyrer i alle goodiebags som ble delt ut.



Askøy Blå Kors – Barnas Stasjon

Blå Kors Barnas Stasjon er et lavterskeltilbud for familier med barn i alderen 0 – 12 år, samt gravide. I anledning Verdensdagen arrangerte de Åpen dag hvor en kunne komme inn og se hvordan de har det og få mer informasjon om tilbudene. I tillegg arrangerte de natursti fra Ravnanger til Dronningen.

Oppgaver underveis som «Finn Willy» gjorde turen spennende. Her er link til facebooksidene deres:

<https://www.facebook.com/Blakorsbarnasstasjonaskoy>



Velkommen til Åpen Dag
ved Blå Kors Barnas Stasjon Askøy

I forbindelse med **Verdensdagen for Psykisk Helse** vil vi invitere dere til et besøk hos oss torsdag 14.oktober i tidsrommet kl.12-18 og fredag 15.oktober i tidsrommet kl.11-15, oppmøte hver hele time. Det er begrenset antall personer som kan være her samtidig, så det er viktig å sende oss en påmelding om når dere ønsker å komme.

Blå Kors Barnas Stasjon er et lavterskeltilbud for familier med barn i alderen 0-12 år, samt gravide. Vi gir trygghet og omsorg for både barn og voksne. Vårt fokus er å sikre barn en god utvikling og styrke foreldrene med kompetanse.

På «Åpen Dag» på Blå Kors Barnas Stasjon kan dere få se hvordan vi har det, og dere kan få informasjon om tilbudene vi har hos oss.

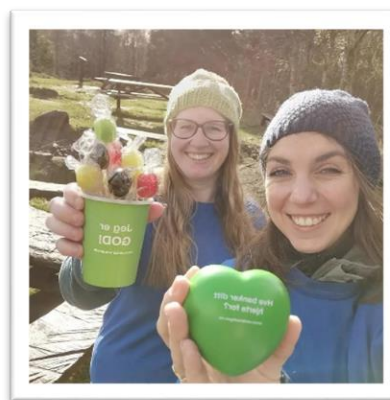
Foreldre kan komme med eller uten barn, og ansatte og andre på Askøy er hjertelig velkommen til oss!

Påmelding: bs.askoy@blakors.no eller tlf. 940 23 140

Vi gleder oss til å se dere!
Trine, Cecilie, Johan, Hege og Astrid



VERDENS DAGEN
FOR PSYKISK HELSE



Formål: Synliggjøring av Verdensdagen og av tilbudene til Blå Kors Barnas Stasjon

Målgruppe: Hele befolkningen, særlig de som kan ha behov for tilbudet.

Utbytte:

- Turdagen: ingen deltok, så utbytte var ikke så bra. Været var dårlig den dagen også. Men deltakelsen i den tverrfaglige gruppen bidro til økt synliggjøring, sammen med deling av bilder fra arrangementet på Facebooksiden til Blå Kors Barnas Stasjon.
- Åpen dag: Det kom ansatte fra kommunen – vi hadde tid til uformell prat og til å gi informasjon. Skulle ønske flere kom! Vi opplevde at de som kom hadde godt utbytte av å hilse på oss i Strusshamn.

Forbedringspunkter:

- Turdag: Finne bedre måter å nå ut med informasjonen om tilbudet til innbyggerne.
- Åpen dag: Kanskje vi kan kombinere med må stå på «stand» og gi informasjon om Åpen dag og tilbudet vårt. Finne en måte å gi enda bedre informasjon til ansatte i kommunen om Åpen dag.

Littur biblioteket

Biblioteket arrangerte Littur; en opplevelsesløype fra biblioteket på Kleppestø senter til den lille parken rundt Vatnavatnet. Litteratur + tur = Littur.



Formål: Synliggjøring av Verdensdagen, gi folk en opplevelse, positiv overraskelse ute i nærområde, overkommelig for de som vanligvis ikke går på tur.

Målgruppe: Hele befolkningen

Utbytte: 20 deltakere, kvalitativt godt arrangement – stunt maleri – natursti med Den vesle prinsen, stuntpoesi – tematisk godt arrangement. Gøy å lage til.

Gav ideer til ny/andre arrangement.

Godt samarbeid med Pit Stop (ny)

Forbedringspunkter:

- Tydeligere målgruppe .
- for dårlig markedsført – vi må nå ut til de rette målgruppene.

Turmat fra hele verden

Samarbeid mellom Origo avdeling barn og unge i Askøy kommune, seksjon fagavdeling skole v/tospråklige lærere og Askøy Turlag og andre frivillige.



Formål: Inkludering, integrering og fysisk aktivitet. Brobygging mellom ulike kulturer; norsk turkultur og internasjonal matkultur.

Målgruppe: Hele befolkningen generelt, personer og familier med minoritetsbakgrunn spesielt.

Utbytte: Stor utbytte ved at mange frivillige bidro og mange deltakere på arrangementet, mellom 150 – 200 deltakere. Godt samarbeid rundt arrangementet.

Forbedringspunkter: Det ble vanskelig å finne fram, vi burde ha merket stien bedre. Ikke nok å sette opp flagg, men være tydelig skiltet.

Askøy 24 laget videoreportasje fra arrangementet. Den kan ses her:

<https://www.facebook.com/askoy24/videos/366070148585851>

Norsk friluftsliv laget nettreportasje fra arrangementet. Her er link til bloggen deres:

<https://turmat.no/blogg/naturlig-kulturmote>

Utstilling i Hauglandsskogen

Utstillingsperiode: 02.10.2021 – 17.10.21.

Utstillingen viste bilder fra flerkulturelle hverdagsmøter på Askøy. Byggfag på Askøy videregående skole v/Helge Jordal lagde rammene til utstillingene, festet bildene på rammene og kjørte de ut til Hauglandsskogen for oss.



Formål: Synliggjøring Verdensdagen. Løfte fram betydningen av hverdagsmøter, spesielt med tanke på inkludering av minoriteter. Brobygging i praksis.

Målgruppe: Lokalbefolkningen, turgåere.

Utbytte: God synliggjøring under arrangementet «Turmat fra hele verden» og for turgåere i hele utstillingsperioden. Mange positive tilbakemeldinger på utstillingen. Godt samarbeid med Design Studio as og med Askøy videregående skole v/Helge Jordal.

Forbedringspunkter: Ut ifra de ressursene vi hadde til rådighet så kan vi si oss fornøyd med resultatet.

Verdensdagen på Kolbeinsvarden

Tur til Kolbeinsvarden ledet av en ansatt i Origo, avdeling barn og unge. Mange som er fysisk aktive sammen med andre, opplever at det sosiale også bidrar til økt trivsel og godt humør. Dette var utgangspunktet for denne aktiviteten. På grunn av isolasjon under pandemien hvor samfunnet har vært mye nedstengt, har det vært ekstra viktig å gjøre aktiviteter sammen med andre. Da er naturen en ubegrenset ressurs.



Formål: Markere Verdensdagen. Fokus på fysisk aktivitet sammen med andre og betydning for den psykiske helsen.

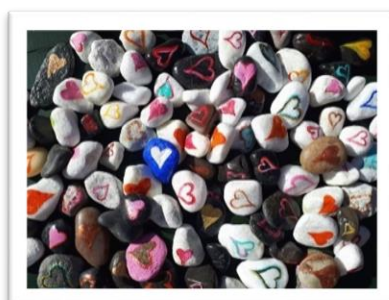
Målgruppe: Enslige og/eller aleneboere, men åpent for alle.

Utbytte: 7 deltakere. Veldig gode tilbakemeldinger på en flott tur med gode samtaler og refleksjoner.

Forbedringspunkter: Vi klarte ikke å synliggjøre godt nok i forkant, derfor ble det vanskelig med rekruttering. Vi fikk laget den fine brosjyren men klarte ikke å distribuere den godt nok. Vi delte også arrangementet på Facebook og Instagram.

Hjertesteinprosjektet

En av våre frivillige, Linda Brynjulfsen, laget hjertesteiner til flere av arrangementene våre. Det er små steiner som hun har malt hjerter på i alle slags farger.



Formål: Synliggjøring av Verdensdagen. Steinene er malt med kjærlighet for å glede andre, men også med et budskap om å spre glede videre og å finne glede i de små ting i hverdagen under pandemien.

Målgruppe: Deltakere på arrangementene

Utbytte: Flere hundre steiner ble delt ut og gitt bort i løpet av kampanjeperioden. <3

Forbedringspunkter: Ingen

Markering av Verdensdagen hos Diakonitjenesten

Diakonitjenesten i Askøy kommune har åpen møteplass hver torsdag kl. 10.00 – 15.00 i 2. etg på Kleppestø senter. I kampanjeperioden til Verdensdagen hadde diakonene materiell synlig framme og tok temaet psykisk helse aktivt opp i samtaler.

Formål: Markere Verdensdagen. Fokus på psykisk helse.

Målgruppe: Hele befolkningen.

Utbytte: Tilstedeværelsen på Kleppestø senter gav rom for mange fine samtaler om psykisk helse. Materiell fra verdensdagen er med å sette temaet på dagsorden på en naturlig og fin måte.

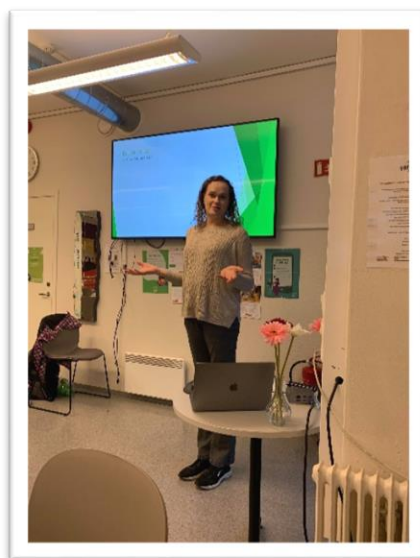
Forbedringspunkter: Vi kan med fordel utvide tiden vi er på senteret i kampanjeperioden, kanskje holde åpent også ut over ettermiddagen dersom vi har ressurser til det.

Temakaféer

Det ble gjennomført 2 temakaféer i regi av Origo avdeling for barn og unge. Temaene var henholdsvis kjønnsidentitet og kultursensitivitet.

Temakafé om kjønnsidentitet

Dette ble en flott temakveld i regi av Origo, avdeling barn og unge. Nesten ingen deltakere, men vi som var der synes det var interessant og lærerikt. Flotte innledere fra Foreningen FRI og kristent skeivt nettverk.



Formål: Temakveld for de som bryter med samfunnets forventninger til kjønn og vil møte andre og for å snakke og diskutere sammen. Lavterskel aktivitet. Arrangementet rettet seg mot de som bryter med samfunnets forventninger til kjønn og for de som kjenner noen som opplever dette og ønsker mer informasjon.

Målgruppe: De som selv opplever å bryte med samfunnets forventninger til kjønn og for de som kjenner noen som opplever dette, og/eller ønsker mer informasjon.

Utbytte: Stort faglig utbytte for de som var tilstede.

Forbedringspunkter: Dumt at vi ikke når bedre ut med å nå målgruppen. Burde vært obligatorisk i skolen og på foreldremøter. Trenger mer ressurser til synliggjøring av arrangement.

Temakafé om kultursensitivitet

Origo, avdeling barn og unge arrangerte temakveld om kultursensitivitet. En ansatt i Origo ledet kvelden. Det var et panel med tre deltakere som svarte på spørsmål og reflekterte sammen rundt tema kultursensitivitet. Etterpå var det refleksjoner over ulike tilnærminger til tema i mindre grupper.



ASK ØY
KOMMUNE

Temakveld om kultursensitivitet

Hva er kultursensitivitet?

I et flerkulturelt samfunn er kunnskap om kultur, våre holdninger og handlinger og ikke minst vår forståelse for andre, stadig viktigere.

En viktig del av å være sensitiv ovenfor andre kulturer, er å reflektere over egne holdninger. Videre så handler det også om det å gi bort definisjonsmakt til fordel for å se andres syn på hvordan ting kan gjøres.

Innledning v/Solvi Folkedal: Hva betyr kultursensitivitet i praksis i vår nære hverdag?

Paneldeltakere svarer på og reflekterer rundt spørsmål om kultursensitivitet:

Rahel Rusom, helsefagarbeider og leder av Røde Kors Kvinnekafe
Nidal Kajjo, tospråklig lærer i Askøy kommune
Masoomet Atashfaraz, tannpleier og lokalpolitiker

Vi legger opp til samtaler og refleksjon etter innlederne. Felles oppsummering.

Når: Onsdag 6. oktober kl. 18.00-20.00
Hvor: Frivilligsentralen sine lokaler i kjelleren på Rådhuset, Kleppesto.

Arrangementet er åpent for alle.

På grunn av begrenset med plasser og smittevern kreves påmelding.

Påmelding: sofo@askoy.kommune.no eller tlf. 95290281

Arrangør: Origo – livsmestring, psykisk helse og rus, avdeling barn og unge



Formål: Økt kunnskap om betydning av egne holdninger og handlinger i møte med andre kulturer enn vår egen. I et flerkulturelt samfunn er kunnskap om kultur, våre holdninger og handlinger og ikke minst vår forståelse for andre, stadig viktigere. En vesentlig del av å være sensitiv ovenfor andre kulturer, er å reflektere over egne holdninger. Videre så handler det også om det å gi bort definisjonsmakt til fordel for å se andres syn på hvordan ting kan gjøres.

Målgruppe: Hele befolkningen

Utbytte: Få deltakere, bare 9 personer til sammen. Gode tilbakemeldinger fra deltakerne som var der.

Forbedringspunkter: Det var utfordrende å gjøre arrangementene kjent. Noen av arrangementene hadde lav grad av deltakelse. Temaene vurderer vi som aktuelle og relevante, men vi har ikke vært gode nok på å nå målgruppene. I dette tilfellet kunne det være hensiktsmessig å ha tydeligere målgruppe, eksempel fagpersoner i ulike etater som jobber med mennesker, eller frivillige organisasjoner.

Informasjon om Verdensdagen på Voksenopplæringen

Ansatte i Origo var på Voksenopplæringen og snakket om Verdensdagen og psykologisk førstehjelp. Fikk dialog med gruppen og hadde fokus på åpenhet. Det var to tolker tilstede. De hadde med brosjyrer, stressball og reflekser. De ble veldig godt mottatt.

Markering i kommunestyret

Verdensdagen ble omtalt fra talerstolen og kommunestyrerepresentantene fikk utdelt hvert sin hjertestein og et dikt.

Dette ble gjort etter forslag fra KrFs representant Kristin Ravnanger. Kommunestyremøtet var etter at kampanjeperioden til Verdensdagen var over, men viktig å få markert den i kommunestyret likevel.



Media

Det er alltid en utfordring å nå godt nok ut med informasjon om arrangementer til ønsket målgruppe. Det går igjen som en rød tråd i tilbakemeldingene fra arrangementene at informasjon om arrangementer har vært vanskelig å få ut, den har vært for dårlig, og dette har hatt direkte innvirkning på (lav) deltakelse. Det som er positivt i denne sammenheng er Askøy24 sine bidrag. Her følger en oppsummering av bruk av media.

Askøy kommune:

Kommunikasjonssjef Dag Folkestad har vært en del av den tverrfaglige arbeidsgruppen, men har ikke hatt kapasitet til å være tett på. Han har likevel bidratt på flere områder underveis. Han lagde blant annet en video av Aasa Hamre v/Frivilligsentralen og Børge Follesøy, leder for Mental Helse sitt lokallag, hvor de inviterte frivillige lag og organisasjoner, samt enkeltpersoner, til å være med og markere Verdensdagen for psykisk helse. Denne kan ses her:

<https://www.facebook.com/AskoyKommune/videos/1146807905813900>

Kommunikasjonssjefen har hatt ansvar for å dele arrangementer på Askøy kommune sin Facebookside og Det Skjer Askøy.

Folkehelsekoordinator delte informasjon internt, til ledelse og til politikere.

Askøy24

Askøy24 bidro til markering av Verdensdagen med 3 ulike videoer.

1) Intervjuer med psykolog og folkehelsekoordinator om følelser

I forkant av Verdensdagen laget Askøy24 et intervju med folkehelsekoordinator Lisbeth Marie Aasebø og kommunepsykolog Stig Fjellhaug. Du kan se den videoen her:

<https://www.facebook.com/askoy24/videos/3082900468697605>

2) Intervjuer med menn om følelser

Askøy24 intervjuet 5 menn på Askøy om følelser. Videoen ble lagt ut på selve Verdensdagen 10.

oktober. Du kan se videoen her: <https://www.facebook.com/askoy24/videos/1465149530519507>

3) Reportasje fra arrangementet «Turmat fra hele verden»

Askøy24 sendte en reporter til arrangementet og lagde et flott innslag med intervju av flere av deltakerne. Du kan se videoen her:

<https://www.facebook.com/askoy24/videos/366070148585851>

Askøyværingen

Askøyværingen dekket ikke noen av arrangementene. Vi sendte de forespørsel og program, vi snakket med dem, men de ville ikke prioritere det med mindre vi hadde personer som sto fram med psykiske problemer.

SoMe

Arrangementer ble delt på forhånd på Facebooksiden til Askøy kommune, på Facebooksider til ulike avdelinger og de samarbeidene organisasjonene og private. Instagram ble også brukt, men ikke i samme grad. Bilder ble også delt i etterkant av arrangementene.

Arrangementet «Matpakker fra hele verden» ble delt som blogginnlegg på Norsk Friluftsliv sin nettside.

Det skjer Askøy

De fleste arrangementene ble delt på Det skjer Askøy.

Verdensdagen.no

Alle arrangementene som den tverrfaglige arbeidsgruppen sto for ble delt på Verdensdagen sin nettside. Dette var en forutsetning for å få tilsendt materiell til arrangementene.

Annen registrert aktivitet

Det var andre enn vår tverrfaglige gruppe som gjorde markeringer på Askøy og vi har ikke oversikt over alle. Det var markeringer av ulike slag på ungdomsskolene og på Askøy videregående skole. På Ravnanger var det et arrangementet i regi av Frisklivssentralen som blant annet inkluderte elever fra Ravnanger ungdomsskole.

Askøy tannklinikk Vestland Fylkeskommune

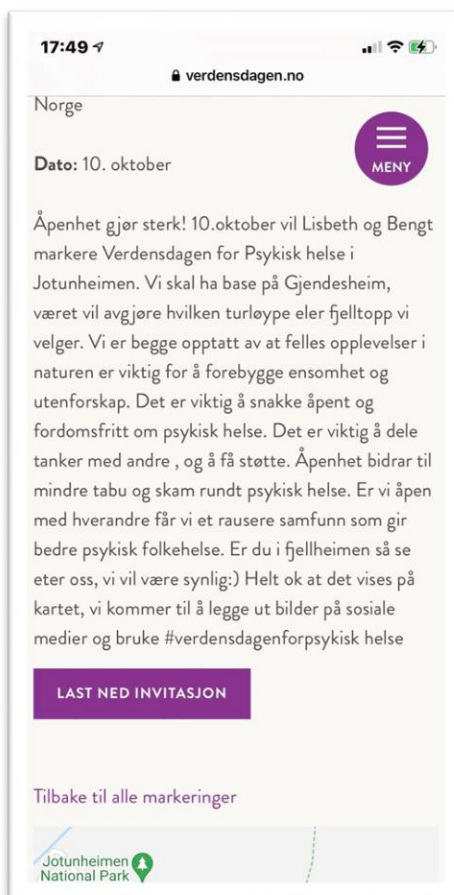
En spesiell takk til tannpleierne ved Askøy tannklinikk. De tok selv kontakt og tilbød seg å hjelpe til på markeringer. Bakgrunnen for dette er at de har nedfelt i sin handlingsplan at de skal bidra til/samarbeide med kommunen i lokalt samfunnsarbeid. Markering av Verdensdagen mente de var en god anledning til dette. Tannpleierne deltok både på markering på Kleppstøkaiaen, hadde egen stand på arrangementet «Turmat fra hele verden» i Hauglandsskogen, bidro på temakveld om kultursensitivitet og med undervisning på Voksenopplæringen.

Verdensdagen inspirerer

Vårt arbeid med Verdensdagen bidro også til å inspirere til private initiativ. Her følger avslutningsvis noen eksempler på hvordan en som enkeltperson kan bruke Verdensdagen til å gjøre små eller store grep for å sette fokus på den psykiske helsen.



Ansatt i Origo gjør en privat markering av Verdensdagen i Stølsheimen.



Også Løp Sammen Askøy v/Trond Pedersen fikk en liten påminnelse om Verdensdagen i hånden. Han benyttet anledningen til å løfte fram tema på gruppens Facebookside som har over 900 medlemmer.

Trioen All3 markerte Verdensdagen ved å ta dette bildet sammen med gjengen på Solvik Syn- og Mestringssenter. Trioen hadde opptreden og spurte om publikum ville være med og ta et bilde med hver sitt hjerte i hånden. Det ville de!



Arbeidsgruppen håper markering av Verdensdagen i 2022 byr på like mye mangfold av aktiviteter og at vi klarer å forbedre oss, spesielt på punkter om markedsføring og hvordan nå rette målgrupper. Det vil også være en god måloppnåelse dersom kampanjen fører til økt fokus året igjennom og kan inspirere til nye aktiviteter som særlig har et folkehelseperspektiv og ivaretar vår psykisk helse.



VERDENSdagen
FOR PSYKISK HELSE