FYRI SÁLARLIGA HEILSU

Ver virkin Ver saman Ver hugbundin

Skrá fyri ABC vikuna
8. - 14. oktober 2018

Mánadagin 8. oktober

Fyrsti ABC filmur við Róar Terjason Hansen verður almannakunngjørdur á sosialu miðlunum og www.folkaheilsa.fo

ABC kapping er frá 8. – 14. oktober á Facebook; *ABC fyri sálarliga heilsu* og Instagram; Folkaheilsuradid. Vinnarin verður funnin mánadagin 15. oktober.

Týsdagin 9. oktober

Næsti ABC filmur verður almannakunngjørdur á sosialu miðlunum og www.folkaheilsa.fo.

***kl.19.00* "Opið hús á psykiatriska deplinum".** Psykiatriski depilin tjóstartar altjóða sálarheilsudagin 10. oktober. Ymiskir áhugaverdir fyrilestrar eru og drekkamunnur er á seingjadeildini. Meira kunning á facebook síðuni hjá Sinnisbata.
Stað: Eiragarður 9, Tórshavn. Fyriskipari: Psykiatriski depilin.

Mikudagin 10. oktober

Triði ABC filmur verður almannakunngjørdur á sosialu miðlunum og www.folkaheilsa.fo.

Kl.13.00-18.00 "Altjóða sálarheilsudagur 2018". Altjóða sálarheilsudagur verður hildin við áhugaverdum fyrilestrum, básum, tónleiki og handan av sálarheilsuvirðisløn. Hesir ABC samstarvsfelagar luttaka: Sinnisbati, Fólkaheilsuráðið, Almannaverkið og Blái Krossur Føroya. Ein ABC básur verður við ABC virksemi.
Stað: Østrøm, Tórshavn. Fyriskipari: Sinnisbati.

Kl. 14.00-16.00 "Felags foreldrabólkur". Øll foreldur við børnum undir 1 ár eru vælkomin til felags foreldrabólk. Evnini eru: "Vel tað besta – vel familjuna" við at vera virkin, hugbundin og saman sum familja.
Stað: Skálin, Klaksvík. Fyriskipari: Gigni.

Fólkaheilsuráðið

Hósdagin 11. oktober

Fjórði ABC filmur verður almannakunngjørdur á sosialu miðlunum og www.folkaheilsa.fo

Kl.11.00-13.00 "Felags foreldrabólkur". Øll foreldur við børnum undir 1 ár eru vælkomin til felags foreldrabólk. Evnini eru: "Vel tað besta – vel familjuna" við at vera virkin, hugbundin og saman sum familja.
Stað: Veistluhøllin á Landssjúkrahúsinum, Tórshavn. Fyriskipari: Gigni.

Kl.15.00-17.00 "Verkstova á Reinsarínum". Bergunn Kass setur verkstovuna, Fólkaheilsuráðið hevur framløgu um ABC fyri sálarliga heilsu og Heilsu- og umsorganartænastan hevur framløgu um at vera sjálvboðin. Reyði Krossur luttekur eisini. Evnið er "Hvussu kunnu fólk síggja seg sum sjálvboðin innan eldraøkið í Tórshavnar kommunu". Fólk eru vælkomin við hugskotum til, hvussu ein kann vera sjálvboðin innan eldraøkið.
Stað: Reinsaríið, Tórshavn. Fyriskipari: Tórshavnar kommuna.

Kl.15.00 "Hugnaløta" Greitt verður frá ABC fyri sálarliga heilsu. Eisini verður drekkamuður og høvi til eitt gott prát.
Stað: Dagtilhaldið Blákollan á Hornavegi á Oyri. Fyriskipari: Sunda kommuna.

Fríggjadagin 12. oktober

Fimti ABC filmur verður almannakunngjørdur á sosialu miðlunum og www.folkaheilsa.fo

Leygardagin 13. oktober

Kl.11.00 "Gakk ella renn fyri heilsuna" Fólk ganga ella renna í 15 min. og venda so við aftur. Klaksvíkar kommunan bjóðar fríska frukt omaná.
Stað: Býráðshúsið á Nólsoyar Pálsgøtu. Fyriskipari: Treysti og Klaksvíkar kommuna.

Innanhýsis tiltøk

Gjøgnum ABC vikuna verða eisini ymisk innanhýsis tiltøk, sum leggja dent á evnið sálarliga heilsa – hesi eru ikki almenn, men kunnu geva íblástur til onnur eisini at taka evnið upp. ABC samstarvsfelagarnir Tórshavnar-, Klaksvíkar- og Sunda kommuna arbeiða við evninum á t.d. skúlum, dagstovnum og innan eldraøki. ÍSF skipar eisini fyri innanhýsis tiltaki á ellisheimi, og Blái Krossur Føroya varpar ljós á týdningin av sjálvbodna arbeiðinum í klædnabúðunum.