

# ABC FOR MENTAL SUNDHED

KONFERENCE • VINGSTED  
5. SEPTEMBER 2018



SUNDHED ER DANSKERNES NYE RELIGION  
- VI BRUGER MASER AF ENERGI PÅ KRAM

DE SAMFUNDS-  
MÆSSIGE ANSPRÅK  
RELATERET TIL  
STRESS

MENTAL SUNDHED ER  
DEN STØRSTE TRUSSEL  
FOR VORES LIVSKVALITET

MÅTE MAN KUN  
TAPE ET ENNE OP I  
SUNDHEDSDEBATEN  
- SÅ SKAL DET VÆRE  
DET USKAL FOKUSERE PÅ  
I DAG

VELKOMMEN  
V. PETER GJØRTRUP GEISLING



FOR MENTAL SUNDHED

## DET GODE LIV & ABC

V. HENRIK LEHMANN ANDERSEN

MENTAL SUNDHED HAR ET SKER AF UAFKØRSEL OG VI HAR DET MED AT GØRE DET UFORSTRENGT

ABC → NY BEVIDSHED OM MENTAL SUNDHED SOM AFGØRENDE SUNDHEDSFÅKTØR

BEDRE MENTAL SUNDHED = NØGLEN TIL LUL AT TRIVES MED SIG SELV & ANDRE

MEB FÆLLES & MENINGSFULD INDSATS KAN ABC BÙVE DET ENKLE, STÆRKE & FÆLLES SPROG

## VEJEN TIL VORES TRIVSEL

V. VIBEKE KORSFELDE

MENTAL SUNDHED ER RELEVANT FOR ALLE

MENTAL SUNDHED SKAL TRÆKES IND PLERE STØRRE END BARE SUNDHEDSPUNKTØR

OPPRIØRERE & STÆRKE INITIATØRER DEE FOKUSERE PÅ MENTAL SUNDHED

FOKUS HAR INDRU NU VÆRET PÅ 'BUNDEN'

BEHOV FOR FOKUS PÅ AT VI UNDEGÅR AT BÙVE SYGE

OVERSKUD

50% AF BEFØKNINGEN OPLEVER PSYKISKE LIDELSER I LØBET AF ET LIV

(MIS) TRIVSEL SMITTER

SÅ HVAD VIL DU SMITTE MED? FÆLLES SKABER



## HVAD KAN KOMMUNEN GØRE?

V. LENE DØRFLEK & LISBETH HOLM OLSEN

FOKUS PÅ AT BYGGE BRO

KOMMUNERNE RUMMER, POLITIKSTØRET, LØNGIVNING, FAGLIGHED, SYSTEMATIK

FRIVILLIGE & FØRENINGER LIST, ENGAGEMENT, MEDMENSKELIGHED, FÆLLESSKAB, AKTIVITETER, FLEKSIBILITET

7 ABC KOMMUNER 7 TILGÅNGE 7 VILKÅR

TÆLLES SPROG & FØRSÆTSELSE

STÆRKE FRØNTMED-ARBEJDERE STÆRKE ET ØMRÅDE STÆRKE SAMARBEJDE MED LOKAL SAMFUND & FØRENINGER

ABC RAMMEN ER BÙVET VEL MODTÆGT

VI HAR FØJED SÅ KØNREKE OG ENKLE ORD PÅ HVAD VI KAN GØRE

DET ER ET ENKELT OG ØVERSKUELIGT KØNCEPT - DET ER LET AT GØRE



## MENTAL SUNDHED & TRIVSEL

HVORDAN STÆRKER VI INDSÆTSELSE I PREVENTØR V. PETER THYBO

DANSKERNES SUNDHEDSPROFIL (2017)

STRESS DEPRESØN, FØJLDER ANGET

DET GÅR SKIDT

STØRSTE SAGDOMSBØRDE I 2030

NU! HUS VI BÙVE GØRE LØSER

HVAD KAN VI GØRE?

FØKUS PÅ DET HELE MENSKE

FØKUS PÅ BESKÆFTENDE TÆKTOER FOR SUNDHED & TRIVSEL

INDIVIDUEL SOCIALT STRUKTURELT



## FÆLLESSKABELSE AF NATURENS RUM

V. CHRISTINA BØRUM AMHØS

NATUREN HVØRER TIL UDØFØRE, MEN HVØRUDAN KAN VI PÅ DEN IND?

PLÆK & FÆRE BØRØRE PÅDEK MELLEME FÆRE STØRE I DET SAMFØRDET VI NØR SKØBET

VI SKAL GENTENKE LEDELSE

VED AT BRØDE NATUREN SOM PLATFORM FOR SAMSKABELSE

SKØBTE NØVE STRÆTØRER INDETØR

NYE FØRMEER FOR ØRØANISØRØNG

NYE FØRMEER FOR DEMØKRØTI

MAKE FUN GREAT AGAIN

INGEN KAN FØN DE RØ, FØKUS & MENING ALENE. DET SKAL ALID FØNDES I RELØTION MED ANDRE



TEGNET AF: PLAYMAKERS CHRISTINA HEMMINGSEN