

www.verdensdagen.no

Kos deg i kantina i 1. etg.,
med stands, gratis kaffe og vafler.

Follo DPS, BUP Follo og Follo ARA

Lokalisert i Ski er Follo distriktpsykiatriske senter (Follo DPS), Barn- og unges psykiske helsevern (BUP Follo) og Seksjon for Rus og Avhengighet (ARA Follo), Akershus Universitetssykehus.

Seksjonene har ansvar for å gi lokalbaserte spesialhelsetjenester til befolkningen i Follo innen psykisk helsevern for barn, ungdom og voksne, samt rus og avhengighet. Det gis både dag og døgnbehandling. Opptaksområdet omfatter Follo kommunene, Ski, Oppegård, Ås, Nesodden og Frogn.

Sjekk ut Facebook: Åpen dag 2019 – Follo DPS, ARA og BUP

<https://www.facebook.com/events/955672461443074/>

Åpen dag - «GI TID»

Follo DPS, ARA og BUP

Torsdag 10. oktober 2019

Kl. 09:00 -15.30

Åsenveien 3, Ski



VERDENS DAGEN
FOR PSYKISK HELSE

Velkommen til Åpen Dag

Foredrag rom 206

Konferansier Rolf Kristensen

- 09:00-09:05 **Åpning av dagen ved Rannveig Lothe, BUP**
- 09:10-09:45 **Kunstnerisk innslag ved musikklinjen, Ski Videregående skole**
- 10:00-10:45 **«Ut med skjelett og andre begrensninger»**
Vibeke Olss - mentaltrener, coach og fargerik foredragsholder.
- 11:00 -12:00 **PAUSE**
- 12:00- 12:45 **«Fra 0-100. Det handler ikke om å få, men å få til»**
Aiman Shaqura - siviløkonom, gründer og coach som brenner for inkludering og innovasjon.
- 13:00-13:45 **«Åpen dialog i nettverksmøter»** - dialogisk samtale om nettverkets betydning for tilfriskning.
Kirsten Berggren, Grete Gustavsson Bergan, Philip Saenger og Camilla Hørthe.
- 14:00–14:45 **«Oppmerksomt tilstede i eget liv»**
Lasse Bredal-Knutsen – psykologspesialist.
- Avslutning **Intimkonsert med Trygve Johansen på piano – kantina i 1. etg.**

Parallellforedrag Rom 371

- 11.00-11.45 **«Rask psykisk helsehjelp»**
Caroline Norderhaug - Ski kommune.
- 13.00-13.45 **«Bruk av empati og følelser når voksne toner seg inn til barnets følelser»**
Marit Bergum Hansen – pedagog og familierapeut.
- Program for Ski kommune**
- 07.30-09.00 Utdeling av varm kaffe, klemmer og spre budskapet «GI TID». Musikanter fra Kjeppestad underholder med sang og musikk. – [Ski stasjon](#).
- 10.30-12.00 Arr. Ski pensjonistakademi i [Rådhuseteateret](#).
Innlegg fra Frivilligsentralen, Seniorkontakten og Frisklivssentralen. Follo seniororkester spiller kl.11.00.
Arrangementet avsluttes med enkel bevertning i [foajeen](#).
- 19.00 Refleksjoner om ungdom, prestasjonspress og idrett/skole v/ Torstein Andersen Aase – [Ski bibliotek](#).

Se mer her: <https://www.facebook.com/skikommune/>