

MREŽA ORGANIZACIJ, KI DELUJE NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA V KOPRSKI REGIJI,
VAS OB SVETOVNEMU DNEVU DUŠEVNEGA ZDRAVJA,

10. IN 11. OKTOBRA 2017

vabi na dogodek

»IZ STISKE DO REŠITVE«

kjer se bodo izvajale različne aktivnosti na katerih bomo *razbijali predsodke, ozaveščali in spreminjali stereotipe, se izvijali iz labirinta nasilja, spoznavali in prepoznavali različne stiske, se učili novih veščin za soočanje z vsakdanjimi težavami in predvsem iskali rešitve, ki nas lahko popeljejo v lepše in kvalitetnejše življenje.*

PROGRAM

se bo izvajal na različnih lokacijah.

V TOREK, 10. 10. 2017

- **AVLA IN NOTRANJE DVORIŠČE PALAČE ARMERIJA, Titov trg 4, Koper**
10.00 – 15.00 **Informacije o programih preventive in promocije duševnega zdravja na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje** – NIJZ, OE Koper
Izkustvena delavnica »Labirint nasilja« - Društvo za nenasilno komunikacijo - Enota Koper, Regijska varna hiša Kras (program CSD Sežana), Krizni center za žrtve nasilja Piran (enota CSD Piran), Krizni center za otroke in mladostnike Koper (enota CSD Koper), regijska koordinatorica za preprečevanje nasilja pri CSD Koper
Občutki ob doživljanju stiske – Strategije/načini skrbi za lastno duševno zdravje - Ozara, Enota Izola - Koper
Podpis simbolične zaveze; S predsodki v koš; Razdeljevanje zelenih pentelj in razglednic - Šentmar Koper, Šent
NewPrevent se predstavi – NewPrevent, Svit
Predstavitvena stojnica Društva Projekt Človek, Sprejemni center Piran.
16.00 – 20.00 **Živa knjižnica** - PRIMSS
- **ŠTUDENTSKI CENTER UNIVERZE NA PRIMORSKEM, Čevljarska ulica 27, Koper**
10.00 – 11.30 **Psihoedukativne delavnice, Tehnike sproščanja** - ZVC - ZD Koper
16.00 – 17.00 **Izkustvena delavnica »Spoznajmo čuječnost«** – UP IAM
17.00 – 18.30 **Psihoedukativne delavnice, Tehnike sproščanja** – ZVC - ZD Koper
18.30 – 20.00 **Izkustvena delavnica "Človek, začuti se"** (Ljubezen in duševno zdravje) - Cellovita, Koper
- **ZAVETIŠČE ZA BREZDOMNE (Za železniško postajo Koper)**
12.00 – 15.00 **Dan odprtih vrat zavetišča za brezdomne** - RK KOPER
- **VEČGENERACIJSKI CENTER MORJE, Cesta Zore Perello Godina 3, Koper**
15.30 – 17.00 **Predavanje in pogovor »Poti do notranjega zadovoljstva in sreče otrok«** – Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše v Kopru

SREDA, 11. 10. 2017

- **ŠTUDENTSKI CENTER UNIVERZE NA PRIMORSKEM, Čevljarska ulica 27, Koper**
17:30-18:30 **Ustvarjalno-čuječna delavnica za otroke (6-12 let)** - Maja Frencl Žvanut – CPPK
- **KNJIŽNICA SREČKA VILHARJA, Čitalnica Fulvia Tomizze, Čevljarska 22, Koper**
Ob 18.00 **Predavanje »Kako zdravimo anksiozne motnje v psihoterapiji«** – Saša Ribič - CPPK

Vstop na vse aktivnosti je brezplačen.