

### IMPARIAMO A RESPIRARE

**ESECUTORE:** Centro di educazione sanitaria, Casa della sanità di Sesana  
**TIPO DI EVENTO:** laboratorio esperienziale  
**LUOGO DI ESECUZIONE:** Casa della sanità di Sesana - sala riunioni, 2° piano, Partizanska cesta 24, Sežana  
**DATA E ORA:** lunedì 7/10/2024 dalle 17.30 alle 18.30  
**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** 051 666 381, [ela.brecelj@zd-sezana.si](mailto:ela.brecelj@zd-sezana.si)  
**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale

### PASSEGGIATA PER IL BENESSERE LUNGO LA STRADA COSTIERA

**ESECUTORE:** Centro di educazione sanitaria e Centro di salute mentale per adulti, Casa della sanità di Capodistria  
**TIPO DI EVENTO:** passeggiata  
**LUOGO DI ESECUZIONE:** punto di raccolta: Giusterna, fermata dell'autobus sul parcheggio in sterrato  
**DATA E ORA:** giovedì 10/10/2024 alle 9.00  
**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** [zdravstvena.vzgoja@zd-koper.si](mailto:zdravstvena.vzgoja@zd-koper.si)  
**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale, organizzazioni lavorative

### CULTURA, ARTE E SALUTE MENTALE

#### INAUGURAZIONE E VISITA DELLA MOSTRA DEL CONCORSO CREATIVO "MA (TI) CAPISCI ?!"

**ESECUTORE:** Università del Litorale, Istituto Andrej Marušič, Centro sloveno per le ricerche sui suicidi  
**TIPO DI EVENTO:** inaugurazione e visita della mostra  
**LUOGO DI ESECUZIONE:** Aula Armerie (Piazza Tito 5, 6000 Capodistria)  
**DATA E ORA:** venerdì 27/9/2024, inaugurazione alle 12.30, mostra da visitare: fino alla fine di ottobre  
**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** tramite il link: <https://1ka.arnes.si/a/cfd59f3f>  
**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale ed esperti, adolescenti e adulti

### JOKER: FOLLIA A DUE

**ESECUTORE:** Art kino Odeon Isola (CCSM Isola)  
**TIPO DI EVENTO:** proiezione cinematografica  
**LUOGO DI ESECUZIONE:** Art kino Odeon Isola, Via delle Brigate D'oltremare 4, Isola  
**DATA E ORA:** giovedì 3/10/2024 alle 20.00  
**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** [erik.toth@center-izola.si](mailto:erik.toth@center-izola.si)  
**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale ed esperti, enti di formazione, appassionati di cinema

### SCRITTURA CREATIVA

**ESECUTORE:** Centro diurno ŠENT Capodistria  
**TIPO DI EVENTO:** laboratorio esperienziale  
**LUOGO DI ESECUZIONE:** Piazzale Vergerio 3, Capodistria  
**DATA E ORA:** giovedì 10/10/2024 dalle 10.30 alle 12.00  
**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** non è richiesta l'iscrizione  
**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale

### LABORATORIO ARTISTICO

**ESECUTORE:** Centro diurno ŠENT Capodistria e ŠENTPRIMA, Ente per la riabilitazione e la formazione  
**TIPO DI EVENTO:** creazione libera  
**LUOGO DI ESECUZIONE:** Piazzale Vergerio 3, Capodistria  
**DATA E ORA:** venerdì 11/10/2024 dalle 10.00 alle 12.00  
**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** 05 662 14 84 o [dorotea.zigon@sent.si](mailto:dorotea.zigon@sent.si)  
**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale

### MOSTRA DI DIPINTI SU TELA

**ESECUTORE:** Centro diurno ŠENT Capodistria  
**TIPO DI EVENTO:** mostra di opere artistiche dei visitatori dell'Associazione Šent  
**LUOGO DI ESECUZIONE:** Piazzale Vergerio 3, Capodistria  
**DATA E ORA:** ottobre 2024, tutti i feriali dalle 8.00 alle 14.00  
**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** non è richiesta l'iscrizione  
**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale

[www.zadusevnozdravje.si](http://www.zadusevnozdravje.si)

L'organizzatore si riserva il diritto di modificare il programma.

Nell'ambito del programma MIRA, Programma nazionale di salute mentale, vi invitiamo al



## FESTIVAL DELLA SALUTE MENTALE 2024 DELLA REGIONE SANITARIA CAPODISTRIA

In occasione della Giornata mondiale della salute mentale vi invitiamo a partecipare a eventi e attività gratuiti, da conferenze di esperti, tavole rotonde e laboratori educativi/creativi, a escursioni ed eventi culturali, in cui sensibilizzeremo sull'importanza della salute mentale e del benessere. Il tema di quest'anno della Federazione mondiale per la salute mentale (WFMH) è "È tempo di dare priorità alla salute mentale sul posto di lavoro", ma il festival comprende un'ampia gamma di temi che affrontano la salute mentale in senso più ampio.

Unitevi a noi e prendetevi cura della vostra salute mentale e del vostro benessere in vari modi!  
Tutte le nostre attività sono gratuite per i visitatori.



CENTER ZA SOCIALNO DELO  
CENTRO PER L'ASSISTENZA SOCIALE  
JUŽNA PRIMORSKA/DEL LITORALE



Slovenski center za raziskovanje samomora



DRUŠTVO ZA NENASILNO KOMUNIKACIJO  
ASSOCIATION FOR NONVIOLENT COMMUNICATION



ZDRAVSTVENI DOM KOPER  
CASA DELLA SANITA' DI CAPODISTRIA

PROJEKT GLOVEK  
Skupaj na poti za človeka

ZD Ilirska Bistrica  
Zdravstveni dom Ilirska Bistrica  
vsega na okroglo zdravje

ZDRAVSTVENI DOM SEŽANA

Center za kulturo, šport in prireditve  
Centro per la cultura, lo sport e le manifestazioni  
Izola - Isola



šentprima

## EDUCAZIONE E SENSIBILIZZAZIONE SULLA SALUTE MENTALE

### **DIRITTI E SERVIZI PRESSO IL CENTRO DI ASSISTENZA SOCIALE PER LE PERSONE NON OCCUPATE**

**ESECUTORE:** Associazione nazionale per la qualità della vita OZARA con il Coordinatore del trattamento in comunità e il Centro per l'assistenza sociale del Litorale, Unità Isola

**TIPO DI EVENTO:** tavola rotonda

**LUOGO DI ESECUZIONE:** Ozara Isola, Via del Viario 9, Isola

**DATA E ORA:** martedì 24/9/2024 dalle 9.30 alle 11.00

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** non è richiesta l'iscrizione

**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale, persone con problemi di salute mentale, parenti

### **CONFERENZA INTERATTIVA SULLA SALUTE MENTALE E I PROBLEMI DEI GIOVANI PER GLI STUDENTI (in inglese)**

**ESECUTORE:** Università del Litorale, Istituto Andrej Marušič, Centro sloveno per le ricerche sui suicidi

**TIPO DI EVENTO:** conferenza interattiva nell'ambito della Giornata dell'integrazione

**LUOGO DI ESECUZIONE:** Università del Litorale, Facoltà di Studi umanistici (Piazza Tito 5, 6000 Capodistria)

**DATA E ORA:** venerdì 27/9/2024 alle 11.00

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** tramite il link:

<https://1ka.arnes.si/a/cfd59f3f>

**POPOLAZIONE TARGET:** studenti

### **5 PASSI PER AIUTARE UNA PERSONA IN DIFFICOLTÀ SUICIDA: COME PARLARE DI MORTE CON BAMBINI E ADOLESCENTI**

**ESECUTORE:** Università del Litorale, Istituto Andrej Marušič, Centro sloveno per le ricerche sui suicidi

**TIPO DI EVENTO:** visione di video didattici nell'ambito della Giornata dell'integrazione

**LUOGO DI ESECUZIONE:** Università del Litorale, Facoltà di Studi umanistici (Piazza Tito 5, 6000 Capodistria)

**DATA E ORA:** venerdì 27/9/2024 alle 9.00 e nuovamente alle 11.00

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** tramite il link:

<https://1ka.arnes.si/a/cfd59f3f>

**POPOLAZIONE TARGET:** adolescenti più grandi, pubblico generale ed esperti

### **SULLA SALUTE MENTALE DEGLI ADOLESCENTI PER OPERATORI DEGLI ISTITUTI EDUCATIVO-FORMATIVI, GENITORI E ALTRI ADULTI INTERESSATI**

**ESECUTORE:** Università del Litorale, Istituto Andrej Marušič, Centro sloveno per le ricerche sui suicidi

**TIPO DI EVENTO:** conferenza nell'ambito della Giornata dell'integrazione

**LUOGO DI ESECUZIONE:** Università del Litorale, Facoltà di Studi umanistici (Piazza Tito 5, Capodistria)

**DATA E ORA:** venerdì 27/9/2024 alle 13.30

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** tramite il link:

<https://1ka.arnes.si/a/cfd59f3f>

**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale ed esperti, adulti

### **GESTIRE I RISCHI PSICOSOCIALI SUL LAVORO: DALLA PREVENZIONE DEL BURNOUT ALLA RIABILITAZIONE DEI DIPENDENTI**

**ESECUTORE:** Istituto nazionale di sanità pubblica, Unità regionale di Capodistria e Università popolare di Capodistria, in collaborazione con la Confederazione dei sindacati liberi della Slovenia

**TIPO DI EVENTO:** conferenza tecnica

**LUOGO DI ESECUZIONE:** Maresego 24, Capodistria

**DATA E ORA:** giovedì 3/10/2024 dalle 8.45 alle 15.00

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** [ana.stavber@nijz.si](mailto:ana.stavber@nijz.si)

**POPOLAZIONE TARGET:** responsabili delle risorse umane e dirigenti

### **LABIRINTO DI VIOLENZA**

**ESECUTORE:** Rete di assistenza alle vittime di violenza del Litorale (Centro di assistenza sociale del Litorale (Centro di crisi per le vittime di violenza del Litorale, Casa sicura regionale Kras, Centro di crisi per bambini e adolescenti - Casa Marelična hiša, Servizio per il coordinamento e l'assistenza alle vittime di violenza) e Associazione per la comunicazione non violenta - Unità Capodistria)

**TIPO DI EVENTO:** laboratorio esperienziale

**LUOGO DI ESECUZIONE:** Il Centro di Ricerca Scientifica Capodistria, Via Kreljeva 6, Capodistria.

**DATA E ORA:** mercoledì 9/10/2024 dalle 13.00 alle 15.00

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** [dajnana.jurman@gov.si](mailto:dajnana.jurman@gov.si)

**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale ed esperti (professionisti/professioniste che lavorano con le vittime di violenza, con particolare attenzione alle migranti/ai migranti)

### **COME PREVENIRE IL BURNOUT?**

**ESECUTORE:** Centro di consulenza per bambini, adolescenti e genitori dell'Istria

**TIPO DI EVENTO:** laboratorio esperienziale

**LUOGO DI ESECUZIONE:** Piazzale Vergerio 3, Capodistria

**DATA E ORA:** giovedì 10/10/2024 alle 17.00

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** [info@svetovalnicenter.si](mailto:info@svetovalnicenter.si) entro l'8/10/2024

**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico di esperti (istruzione, sanità, assistenza sociale)

### **IMPARIAMO LE TECNICHE DI RILASSAMENTO**

**ESECUTORE:** Centro di salute mentale per adulti, Casa della sanità di Capodistria

**TIPO DI EVENTO:** laboratorio esperienziale

**LUOGO DI ESECUZIONE:** Sala riunioni CDZO (Centro di salute mentale per adulti), Via del Porto 6A, Capodistria

**DATA E ORA:** lunedì 14/10/2024 alle 17.00

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** non è richiesta l'iscrizione

**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale, adulti

### **BENESSERE SUL POSTO DI LAVORO**

**ESECUTORE:** Centro di salute mentale per adulti, Casa della sanità di Capodistria

**TIPO DI EVENTO:** conferenza

**LUOGO DI ESECUZIONE:** Sala riunioni CDZO (Centro di salute mentale per adulti), Via del Porto 6A, Capodistria

**DATA E ORA:** lunedì 14/10/2024 alle 18.00

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** non è richiesta l'iscrizione

**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale, adulti

### **PRESENTAZIONE DELLE ORGANIZZAZIONI E INTEGRAZIONE**

#### **MERCATO DELLE ORGANIZZAZIONI che operano nel campo della salute mentale degli adolescenti**

**ESECUTORE:** Università del Litorale, Istituto Andrej Marušič, Centro sloveno per le ricerche sui suicidi

**TIPO DI EVENTO:** mercato delle organizzazioni nell'ambito della Giornata dell'integrazione

**LUOGO DI ESECUZIONE:** Aula Armerie (Piazza Tito 5, 6000 Capodistria)

**DATA E ORA:** venerdì 27/9/2024 dalle 10.30 alle 15.30

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** tramite il link:

<https://1ka.arnes.si/a/cfd59f3f>

**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale ed esperti, adolescenti e adulti

### **GIORNATA DELLE PORTE APERTE**

**ESECUTORE:** Associazione Projekt Človek, Centro di accoglienza Pirano

**TIPO DI EVENTO:** informazioni e consigli

**LUOGO DI ESECUZIONE:** Riva Cankar 9/a, Pirano (ZD Pirano, 2° piano)

**DATA E ORA:** giovedì 7/11/2024 dalle 10.00 alle 13.00

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** non è richiesta l'iscrizione

**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale ed esperti

### **ATTIVITÀ FISICA E BENESSERE**

#### **ANDIAMO IN BICICLETTA NEL MONDO 2024**

**ESECUTORE:** Università del Litorale, Istituto Andrej Marušič, Centro sloveno per le ricerche sui suicidi, Istituto nazionale di salute pubblica, Associazione slovena per la prevenzione del suicidio, Ozara e Associazione internazionale per la prevenzione del suicidio

**TIPO DI EVENTO:** campagna di sensibilizzazione sulla prevenzione del comportamento suicida

**LUOGO DI ESECUZIONE:** dovunque

**DATA E ORA:** la campagna si svolge dal 10/9/2024 al 10/10/2024

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** I partecipanti compilano un modulo online (disponibile sul link <https://ziviv.si/prekolesarimo-svet-2024/>) in cui inseriscono i chilometri percorsi.

**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale

#### **IN RELAX DURANTE LA GIORNATA**

**ESECUTORE:** Centro di educazione sanitaria, Casa della sanità di Ilirska Bistrica

**TIPO DI EVENTO:** conferenza sullo stress ed escursione lungo il sentiero didattico Kette con soste per le tecniche di rilassamento

**LUOGO DI ESECUZIONE:** parco sportivo Nada Žagar Ilirska Bistrica

**DATA E ORA:** sabato 5/10/2024 alle 9.00

**MODALITÀ DI ISCRIZIONE:** 031 605 515 o su [zvc@zdib.si](mailto:zvc@zdib.si)

**POPOLAZIONE TARGET:** pubblico generale

