

### NAUČIMO SE DIHATI

**IZVAJALEC:** Zdravstveno vzgojni center, Zdravstveni dom Sežana

**VRSTA DOGODKA:** Izkustvena delavnica

**KRAJ IZVEDBE:** Zdravstveni dom Sežana - sejna soba, 2. nadstropje, Partizanska cesta 24, Sežana

**DATUM IN URA:** Ponedeljek, 7. 10. 2024, od 17.30 do 18.30

**NAČIN PRIJAVE:** 051 666 381, [ela.brecelj@zd-sezana.si](mailto:ela.brecelj@zd-sezana.si)

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna javnost

### POHOD ZA DOBRO POČUTJE PO OBALNI CESTI

**IZVAJALEC:** Zdravstveno vzgojni center in Center za duševno zdravje odraslih, Zdravstveni dom Koper

**VRSTA DOGODKA:** Pohod

**KRAJ IZVEDBE:** Zbirno mesto: Žusterna, avtobusna postaja na makadamskem parkirišču

**DATUM IN URA:** Četrtek, 10. 10. 2024 ob 9.00

**NAČIN PRIJAVE:** [zdravstvena.vzgoja@zd-koper.si](mailto:zdravstvena.vzgoja@zd-koper.si)

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna javnost, delovne organizacije

### KULTURA, UMETNOST IN DUŠEVNO ZDRAVJE

#### OTVORITEV IN OGLED RAZSTAVE USTVARJALNEGA NATEČAJA A (SE) ŠTEKAŠ ?!?

**IZVAJALEC:** Univerza na Primorskem, Inštitut Andreja Marušiča, Slovenski center za raziskovanje samomora

**VRSTA DOGODKA:** Otvoritev in ogled razstave

**KRAJ IZVEDBE:** Avla Armerije (Titov trg 5, 6000 Koper)

**DATUM IN URA:** Petek, 27. 9. 2024, otvoritev ob 12.30, razstava za ogled: do konce oktobra

**NAČIN PRIJAVE:** Preko povezave:

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

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna in strokovna javnost, mladostniki in odrasli

### JOKER: NOROST V DVOJE

**IZVAJALEC:** Art kino Odeon Izola (CKŠP Izola)

**VRSTA DOGODKA:** filmska projekcija

**KRAJ IZVEDBE:** Art kino Odeon Izola, Ulica Prekomorskih brigad 4, Izola

**DATUM IN URA:** Četrtek, 3. 10. 2024, ob 20:00

**NAČIN PRIJAVE:** [erik.toth@center-izola.si](mailto:erik.toth@center-izola.si)

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna in strokovna javnost, izobraževalne ustanove, filmski navdušenci

### KREATIVNO PISANJE

**IZVAJALEC:** Dnevni center ŠENT Koper

**VRSTA DOGODKA:** Izkustvena delavnica

**KRAJ IZVEDBE:** Vergerijev trg 3, Koper

**DATUM IN URA:** Četrtek, 10.10.2024, ob 10.30 do 12.00

**NAČIN PRIJAVE:** Prijava ni potrebna

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna javnost

### LIKOVNA DELAVNICA

**IZVAJALEC:** Dnevni center ŠENT Koper in

ŠENTPRIMA, Zavod za rehabilitacijo in izobraževanje

**VRSTA DOGODKA:** Prosto ustvarjanje

**KRAJ IZVEDBE:** Vergerijev trg 3, Koper

**DATUM IN URA:** Petek, 11.10.2024, od 10.00 do 12.00

**NAČIN PRIJAVE:** 05 662 14 84 ali

[dorotea.zigon@sent.si](mailto:dorotea.zigon@sent.si)

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna javnost

### RAZSTAVA SLIK NA PLATNU

**IZVAJALEC:** Dnevni center ŠENT Koper

**VRSTA DOGODKA:** Razstava likovnih del

obiskovalcev Društva Šent

**KRAJ IZVEDBE:** Vergerijev trg 3, Koper

**DATUM IN URA:** Oktober 2024, vsak delavnik od 8.00 do 14:00

**NAČIN PRIJAVE:** Prijava ni potrebna

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna javnost

Številne informacije o duševnem zdravju na delovnem mestu najdete tudi na spletni strani [www.zadusevnozdravje.si](http://www.zadusevnozdravje.si)

V okviru Programa MIRA,  
Nacionalnega programa duševnega zdravja,  
vas vabimo na



## FESTIVAL DUŠEVNEGA ZDRAVJA 2024 ZDRAVSTVENE REGIJE KOPER

Ob obeležitvi svetovnega dne duševnega zdravja, vas vabimo k udeležbi na brezplačnih dogodkih in aktivnostih, od strokovnih predavanj, okroglih miz in izobraževalnih/kreativnih delavnic, pohodov in kulturnih dogodkov, kjer bomo ozaveščali o pomenu duševnega zdravja in dobrega počutja. Letošnja osrednja tema Svetovne zveze za duševno zdravje (WFMH) nosi naslov "Čas je, da damo prednost duševnemu zdravju na delovnem mestu", vendar festival vključuje širok nabor tem, ki naslavljajo duševno zdravje v širšem smislu.

Pridružite se nam in poskrbite za svoje duševno zdravje in dobro počutje na različne načine!

Vse naše aktivnosti so za obiskovalce brezplačne.



o z d r a  
UNIVERZA  
NA PRIMORSKI  
INŠTITUT DUŠEVNEGA  
ZDRAVJA



Unjaska univerza Koper  
Univerzità popolare Capodistria



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



DRUŠTVO ZA  
NENASILNO  
KOMUNIKACIJO  
association for nonviolent  
communication



Svetovalni center Istre  
SERVIZIO PER IL VOLONTARIATO  
ASSOCIAZIONE



SKUPAJ  
ZA ZDRAVJE

Slovenski  
center za  
raziskovanje  
samomora



ZDRAVSTVENI DOM KOPER  
CASA DELLA SANITA DI' CAPODISTRIA



PROJEKT  
ČLOVEK  
Skupaj na poti za Človeka



ZD  
Ilirska Bistrica  
Zdravstveni dom  
vunveno in obravnavano zdravlje



ZDRAVSTVENI DOM  
SEŽANA



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



ŠENTPRIMA  
ZAVOD ZA REHABILITACIJO  
IN IZOBRAŽEVANJE



šentprima

*V skrbni za duševno zdravje ljudi.*

## IZOBRAŽEVANJE IN OZAVEŠČANJE O DUŠEVNEM ZDRAVJU

### **PRAVICE IN STORITVE PRI CENTRU ZA SOCIALNO DELO ZA OSEBE, KI NISO DELOVNO AKTIVNE**

**IZVAJALEC:** Nacionalno združenje za kakovost življenja OZARA s koordinatorico obravnave v skupnosti ter Centrom za socialno delo Južne Primorske, Enota Izola

**VRSTA DOGODKA:** Okrogla miza

**KRAJ IZVEDBE:** Ozara Izola, Kažipotna ul. 9, Izola

**DATUM IN URA:** Torek, 24. 9. 2024, od 9.30 do 11.00

**NAČIN PRIJAVE:** Prijava ni potrebna

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna javnost, osebe s težavami v duševnem zdravju, svojci

### **INTERAKTIVNO PREDAVANJE O DUŠEVNEM ZDRAVJU IN STISKAH MLADIH ZA ŠTUDENTE (v angleščini)**

**IZVAJALEC:** Univerza na Primorskem, Inštitut Andreja Marušiča, Slovenski center za raziskovanje samomora

**VRSTA DOGODKA:** Interaktivno predavanje v okviru Dneva povezovanja

**KRAJ IZVEDBE:** Univerza na Primorskem, Fakulteta za humanistične študije (Titov trg 5, 6000 Koper)

**DATUM IN URA:** Petek, 27. 9. 2024, ob 11.00

**NAČIN PRIJAVE:** Preko povezave:

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

**CILJNA POPULACIJA:** Študenti

### **5 KORAKOV POMOČI OSEBI V SAMOMORILNI STISKI: KAKO SE POGOVARJATI O SMRTI Z OTROKI IN MLADOSTNIKI**

**IZVAJALEC:** Univerza na Primorskem, Inštitut Andreja Marušiča, Slovenski center za raziskovanje samomora

**VRSTA DOGODKA:** Ogled izobraževalnih videoposnetkov v okviru Dneva povezovanja

**KRAJ IZVEDBE:** Univerza na Primorskem, Fakulteta za humanistične študije (Titov trg 5, 6000 Koper)

**DATUM IN URA:** Petek, 27. 9. 2024, ob 9.00 in ponovno ob 11.00

**NAČIN PRIJAVE:** Preko povezave:

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

**CILJNA POPULACIJA:** Starejši mladostniki, splošna in strokovna javnost

### **O DUŠEVNEM ZDRAVJU MLADOSTNIKOV ZA DELAVCE VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNIH ZAVODOV, STARŠE IN DRUGE ZAINTERESIRANE ODRASLE**

**IZVAJALEC:** Univerza na Primorskem, Inštitut Andreja Marušiča, Slovenski center za raziskovanje samomora

**VRSTA DOGODKA:** Predavanje v okviru Dneva povezovanja

**KRAJ IZVEDBE:** Univerza na Primorskem, Fakulteta za humanistične študije (Titov trg 5, 6000 Koper)

**DATUM IN URA:** Petek, 27. 9. 2024, ob 13.30

**NAČIN PRIJAVE:** Preko povezave:

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

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna in strokovna javnost, odrasli

### **OBVLADOVANJE PSIHOSOCIALNIH TVEGANJ NA DELOVNEM MESTU: OD PREPREČEVANJA IZGORELOSTI DO REHABILITACIJE ZAPOSLENIH**

**IZVAJALEC:** Nacionalni inštitut za javno zdravje, Območna enota Koper in Ljudska univerza Koper, v sodelovanju z Zvezo svobodnih sindikatov Slovenije

**VRSTA DOGODKA:** Strokovna konferenca

**KRAJ IZVEDBE:** Marežige 24, Koper

**DATUM IN URA:** Četrtek, 03. 10. 2024, od 8.45 do 15.00

**NAČIN PRIJAVE:** [ana.stavber@nijz.si](mailto:ana.stavber@nijz.si)

**CILJNA POPULACIJA:** Kadroviki in vodstveni delavci

### **LABIRINT NASILJA**

**IZVAJALEC:** Mreža pomoči žrtvam nasilja Južna Primorska (Center za socialno delo Južna Primorska (Krizni center za žrtve nasilja Južna Primorska, Regijska varna hiša Kras, Krizni center za otroke in mladostnike - Marelična hiša, Služba za koordinacijo in pomoč žrtvam nasilja) in Društvo za nenasilno komunikacijo - Enota Koper)

**VRSTA DOGODKA:** Izkustvena delavnica

**KRAJ IZVEDBE:** Center humanističnih znanosti, Kreljeva ulica 6, Koper

**DATUM IN URA:** Sreda, 9. 10. 2024 od 13.00 do 15.00

**NAČIN PRIJAVE:** [damjana.jurman@gov.si](mailto:damjana.jurman@gov.si)

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna in strokovna javnost (strokovnjaki/strokovnjakinje, ki se pri svojem delu srečujejo z žrtvami nasilja s fokusom na priseljenkah/priseljencih)

### **KAKO PREPREČITI IZGORELOST?**

**IZVAJALEC:** Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Istre

**VRSTA DOGODKA:** Izkustvena delavnica

**KRAJ IZVEDBE:** Vergerijev trg 3, Koper

**DATUM IN URA:** Četrtek, 10. 10. 2024, ob 17.00

**NAČIN PRIJAVE:** [info@svetovalnicenter.si](mailto:info@svetovalnicenter.si) do 8. 10. 2024

**CILJNA POPULACIJA:** Strokovna javnost (šolstvo, zdravstvo, socialno varstvo)

### **NAUČIMO SE TEHNIK SPROŠČANJA**

**IZVAJALEC:** Center za duševno zdravje odraslih, Zdravstveni dom Koper

**VRSTA DOGODKA:** Izkustvena delavnica

**KRAJ IZVEDBE:** Sejna soba CDZO, Pristaniška ulica 6A, Koper

**DATUM IN URA:** Ponedeljek, 14. 10. 2024, ob 17.00

**NAČIN PRIJAVE:** Prijava ni potrebna

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna javnost, odrasli

### **DOBRO POČUTJE NA DELOVNEM MESTU**

**IZVAJALEC:** Center za duševno zdravje odraslih, Zdravstveni dom Koper

**VRSTA DOGODKA:** Predavanje

**KRAJ IZVEDBE:** Sejna soba CDZO, Pristaniška ulica 6A, Koper

**DATUM IN URA:** Ponedeljek, 14. 10. 2024, ob 18.00

**NAČIN PRIJAVE:** Prijava ni potrebna

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna javnost, odrasli

### **PREDSTAVITEV ORGANIZACIJ IN POVEZOVANJE**

#### **TRŽNICA ORGANIZACIJ, ki se ukvarjajo z duševnim zdravjem mladostnikov**

**IZVAJALEC:** Univerza na Primorskem, Inštitut Andreja Marušiča, Slovenski center za raziskovanje samomora

**VRSTA DOGODKA:** Tržnica organizacij v okviru Dneva povezovanja

**KRAJ IZVEDBE:** Avla Armerije (Titov trg 5, 6000 Koper)

**DATUM IN URA:** Petek, 27. 9. 2024, od 10.30 do 15.30

**NAČIN PRIJAVE:** Preko povezave:

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

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna in strokovna javnost, mladostniki in odrasli

### **DAN ODPRTIH VRAT**

**IZVAJALEC:** Društvo Projekt Človek, Sprejemni center Piran

**VRSTA DOGODKA:** Informiranje in svetovanje

**KRAJ IZVEDBE:** Cankarjevo nabrežje 9/a, Piran (ZD Piran, 2. nadstropje)

**DATUM IN URA:** Četrtek, 7. 11. 2024, od 10.00 do 13.00

**NAČIN PRIJAVE:** Prijave niso potrebne

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna in strokovna javnost

### **TELESNA DEJAVNOST IN DOBRO POČUTJE**

#### **PREKOLESARIMO SVET 2024**

**IZVAJALEC:** Univerza na Primorskem, Inštitut Andreja Marušiča, Slovenski center za raziskovanje samomora, Nacionalni inštitut za javno zdravje, Slovensko združenje za preprečevanje samomora, Ozara in Mednarodna zveza za preprečevanje samomora

**VRSTA DOGODKA:** Akcija ozaveščanja o preprečevanju samomorilnega vedenja

**KRAJ IZVEDBE:** Kjerkoli

**DATUM IN URA:** Akcija poteka od 10. 9. 2024 do 10. 10. 2024

**NAČIN PRIJAVE:** Udeleženci izpolnijo spletni obrazec (dostopen na povezavi <https://ziviv.si/prekolesarimo-svet-2024/>), kamor vpišejo prevožene kilometre.

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna javnost

#### **SPROŠČENO V DAN**

**IZVAJALEC:** Zdravstveno vzgojni center, Zdravstveni dom Ilirska Bistrica

**VRSTA DOGODKA:** Predavanje na temo stresa in pohod po Kettejevi učni poti s postanki za tehnike sproščanja

**KRAJ IZVEDBE:** Športni park Nade Žagar Ilirska Bistrica

**DATUM IN URA:** Sobota, 5. 10. 2024, ob 9.00

**NAČIN PRIJAVE:** 031 605 515 ali na [zvc@zddb.si](mailto:zvc@zddb.si)

**CILJNA POPULACIJA:** Splošna javnost

