

DNI SOLIDARNOŚCI Z OSOBAMI CHORUJĄCYMI PSYCHICZNIE



11– 20 WRZEŚNIA 2021

ZDROWIE PSYCHICZNE - NOWA KULTURA POMAGANIA

11 września 2021 sobota

Ogród Terapeutyczny, ul. Bernadowska 15A,

10.00 - 17.00 "Strefa Twórczego Komfortu" | Dzień ze Sztukowirówką

10.00 - trening samoobrony i mindfulness

12.00 - warsztat kreatywnego pisania

13.00 - zajęcia plastyczne

14.00 - integracja

12 września 2021 niedziela

Kościół NMP Wniebowziętej - Gwiazda Morza, Sopot ul. Kościuszki 19

11.00 Msza Święta w intencji chorych i ich rodzin.

Sopot, ul. Monte Casino przy kościele św. Jerzego 11.45

Marsz dla Zdrowia Psychicznego **#poGodność** pod Patronatem Fundacji eF Kropka z udziałem Orkiestry Dętej Gminnego Ośrodka Kultury w Luzinie oraz Pani Akceptacji

Dlaczego idziemy?

Idziemy **#poGodność** osób z doświadczeniem choroby psychicznej

Idziemy bo jesteśmy solidarni z osobami z doświadczeniem choroby psychicznej

Idziemy aby przypominać o osobach wykluczonych, napiętnowanych i odrzucanych z powodu choroby psychicznej

idziemy aby wspierać rozwój psychiatrii i pomocy środowiskowej dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej

Idziemy bo nie jesteśmy obojętni

Nie stój obok! Chodź z nami! 😊 👍

Wszyscy mile widziani.

Pomyśl jak możesz włączyć się w marsz.

Zrób swój transparent

Zapraszamy !

Skwer Kuracyjny przy MOLO, Sopot

12.00 – 15.00 Festyn Tolerancji - Inauguracja obchodów

13.00 Drzwi do Tolerancji – symboliczne przejście

13:30 Żywa Biblioteka Psychiatryczna „wypożycz moją historię”

- przez sztukę do tolerancji – plenerowe koncerty i wystawy: Małgorzata Kotłowska, Nicolas Szopiński, Magdalena Głazewska.
- punkt informacyjno - konsultacyjny porady psychologiczne, doradztwo zawodowe, prezentacja oferty wsparcia dla osób i rodzin,
- Żywa Biblioteka Psychiatryczna
- strefa artystyczna dla dzieci i dorosłych, przeciąganie liny,
- koncerty: Feeria, Krzysztof Nawrocki Orkiestra Dęta Luzino, Blue- May

ArtInkubator, Sopot, ul. Goyki 3, plener

16.30 - 19.00 Be 4 Przegląd Teatralny Masska

16.30 Marek Żyła - spektakl, 17.15 Marek Żyła - warsztaty

18.15 Łowcy Słów - opowieści „ Jak zostałem żółwiem i inne historie”

13 września 2021 poniedziałek

Europejskie Centrum Solidarności, Gdańsk, pl. Solidarności 1

10.00 – 14.00 Konferencja „Zdrowie psychiczne - nowa kultura pomagania”

Otwarcie konferencji

10.00 *Stare i nowe klucze do pomagania*

Jacek Wciórka Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie

10.30 *Psychiatria środowiskowa - stan obecny i perspektywy*

Marek Balicki - kierownik Biura pilotażu Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego.

11.00 *Kim jest współczesne trudne dziecko? Zrozum, wspieraj.*

dr Agata Cichoń-Chojnacka - specjalista psychiatrii dzieci i młodzieży.

11.30 *Deinstytucjonalizacja w psychiatrii dzieci i młodzieży*

- perspektywa Samorządu Województwa Pomorskiego

Agnieszka Kapała-Sokalska - Zarząd Województwa Pomorskiego

12.00 Przerwa

12.30 *Człowiek w czasach dostępności - w trosce o zdrowie psychiczne*

Mateusz Biernat - Fundacja Człowiek

13.00 Debata z udziałem prelegentów

Prowadzenie: Hanna Wilczyńska -Toczko, Piotr Harhaj

17.00 Webinar: „Łamanie praw i stygmatyzacja osób chorujących psychicznie w Polsce”

Katarzyna Chotkowskja - eF Kropka

Muzeum Emigracji w Gdyni, ul. Polska 1

18.00 Projekcja filmu pt: „Po drugiej stronie dnia”

Spotkanie z reżyserem. Dyskusja: Mateusz Biernat, Roman Ludkiewicz, Maciej Sikorski, Marcin Żółkowski

„Po drugiej stronie dnia” to film, który powstał, by zwrócić uwagę na szczególną grupę osób, którzy doświadczyli kryzysów psychicznych. Jego twórcę - Macieja Sikorskiego - zainspirowała wystawa „Uważaj na Głowę”, którą stworzyły w latach 2015-2016 w Szpitalu Babińskiego w Krakowie osoby z doświadczeniem kryzysów psychicznych. Wystawa ma ułatwić zrozumienie ich samych i ich problemów, oraz sytuacji po opuszczeniu Szpitala. To oni opowiedzieli o swoim chorowaniu, leczeniu i trudnym procesie zdrowienia. Film jest artystyczną interpretacją tej uniwersalnej opowieści. Scenariusz oparty został na motywach „Boskiej komedii” Dantego, wędrówki przez „piekło” choroby i „czyścić” leczenia ku światłu zdrowienia. Teksty nie są jednak wzięte od Dantego lecz z cytatów z opowieści o chorowaniu, leczeniu i zdrowieniu i wierszy poetów „z tamtej strony dnia”, jak niekiedy nazywa się autorów mających za sobą doświadczenie kryzysu psychicznego. W filmie obok artystów Teatru „Exit” i współtwórców wystawy „Uważaj na głowę” udział wzięli Rafał Siwek, światowej klasy śpiewak operowy i Michał Koterski, uznany polski aktor.

14 września 2021 wtorek

Muzeum Emigracji w Gdyni, ul. Polska 1

10.00 - 15.00 V Pomorskie Forum Samopomocy Osób z Doświadczeniem Kryzysu Psychicznego.

Dzień plenarny - dobre praktyki w realizacji działań samopomocowych i usług społecznych na rzecz osób chorujących psychicznie i społeczności lokalnych.

09.00 - 10.30 Projekcja filmu pt: „Po drugiej stronie dnia”. Rozmowa z reżyserem Maciejem Sikorskim.

11.00 - 15.00 Dobre praktyki i przyszłość

1. 50 decybeli dla zdrowia psychicznego
2. Teatr Exit
3. Fundacja Człowiek - projekt mapawsparcia.pl
4. Artystyczna Inicjatywa w Luzinie - Katarzyna Seyda
5. Piękny Umysł – portal internetowej społeczności osób po kryzysach psychicznych.
6. Grupa samopomocowa w Gdyni - Natasza Ligocka Świerk
7. Współpraca czy współdziałanie - rola osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego w tworzeniu Lokalnych Programów Ochrony Zdrowia Psychicznego
- Justyna Rzepecka, Anna Giżycka
8. Kampania społeczna “Idź pobiegaj” Martyna Kozdra
9. Asystent Zdrowienia w Centrach Zdrowia Psychicznego - Joanna Rogalska

Pytanie dnia: Jak inicjować i animować trwałe działania samopomocowe ?

Klub 123 w Gdyni, ul. Warszawska 42

12.00 – 18.00 Artystyczne Popołudnie w Klubie 123 – warsztaty, spotkania, konsultacje.

12.00 zakładka do książki - warsztaty

14.00 zakładka do książki - warsztaty

15.00 Otwarcie Artystycznego Popołudnia, Bookrosowa szafka, Warszawska Hyde Park: koncert, recytacje, lamentsy i kawa.

16.00 Sokrates Cafe - ogród przy klubie 123

17.00 Webinar „Naruszenia praw dzieci chorujących psychicznie i ich rodziców/opiekunów w systemie ochrony zdrowia” Fundacja "Godność Pacjenta" we współpracy z Centrum Wsparcia Psychologicznego UG

15 września 2021 środa

Muzeum Emigracji w Gdyni, ul. Polska 1

10.00 -15.00 V Pomorskie Forum Samopomocy Osób z Doświadczeniem Kryzysu Psychicznego.

Dzień warsztatowy

1. Natasza Ligocka Świerk - jak inicjować i prowadzić grupy samopomocowe ?
2. Iza Karolewska, Przemysław Szczygieł - warsztat literacki, koncept czasopisma samopomocowego, jak pisać, by nas czytano ?
3. Hubert Kaszyński, Piotr Harhaj - edukacja dla akceptacji, dobre praktyki w działaniach na rzecz zdrowia psychicznego.

Ogród bez pośpiechu Centrum Samopomocy w Gdyni, ul. Barnadowska 15A

17.00 – Spotkanie: jak rozumieć kryzys psychiczny w relacji dziecko - rodzic
Bartosz Karcz - psychoterapeuta, wykładowca Uniwersytetu SWPS

Warsztaty artystyczne z Tuse 11.30 do 15.00 Luzino

16 września 2021 czwartek

MOPS Gdynia, Klub STER Sopot, BIZON PSONI Gdańsk.

10.00 – 14.00 Trójmiejska Integracyjna Giełda Pracy

Specjaliści (doradcy zawodowi, psychologowie, trenerzy pracy) z Gdańska, Gdyni i Sopotu wspierający osoby z niepełnosprawnościami oraz w trudnej sytuacji życiowej będą czekać na Wasz kontakt telefoniczny/mailowy. Porozmawiają o możliwościach znalezienia pracy, aktywności zawodowej, udziale w projektach.

1. Gdańsk - Biuro Integracji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych działające przy Polskim Stowarzyszeniu na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną koło w Gdańsku:
Psycholog -Sylwia Woszczek tel. 697011969
Doradca zawodowy -Monika Zagórska tel. 726136347

2. Gdynia - Zespół ds. Osób Niepełnosprawnych MOPS w Gdyni tel. 620 88 07
Mini giełda pracy Barbara Marciniak, Sabina van Houter
10.00-14.00 konsultacje z Doradcami ON Donata Wróbel, Natasza Ligocka-Świerk

10.00-14.00 konsultacje Asystent Osobisty ON Katarzyna Kowalczyk

3. Sopot - Centrum STER przy Stowarzyszeniu Na Drodze Ekspresji
Psycholog - Agnieszka Orzuga tel. 693173937
Asystent Osoby z Niepełnosprawnością - Sandra Zielińska tel. 729863879
Koordynator Centrum STER - Jakub Nowak tel. 513743810

14.00 - 17.00 Popołudnie na Chrzana
Klub samopomocy D.O.N., Gdynia ul. Chrzanowskiego 14/2

Spotkanie integracyjne połączone z warsztatami:

- ogrodnicze/mój jest ten kawałek zieleni, wprowadzające do pracy w ogrodzie
- artystyczne/bransoletki mocy/wiklina
- rekrutacja do grup wsparcia, konkurs na nazwę klubu, grill

Klub Desdemona, Gdynia

19.00 Slam poetycki organizowany przez Fundację Sztukowirówka

17.00 Webinar "Zagubieni w Pandemii"

17 września 2021 piątek

Centrum Samopomocy w Gdyni, Ogród „Bez pośpiechu”, ul. Bernadowska 15

10.00 - 12.00 Jak wzbogacić swoją dietę w witaminy - warsztat
Sadzimy "Zioło na wesoło" - warsztaty zielarsko - ogrodnicze

12.00 Warsztaty z mindfulness jak radzić sobie z kryzysem psychicznym ?

15.00 Otwarcie wystawy plenerowej, Bernadowska Hyde Park, poezja i muzyka, spotkanie integracyjne Pomorskiej Koalicji na Rzecz Zdrowia Psychicznego.

Szczegóły aktywności w ogrodzie na: www.centrumsamopomocy.pl

Wojewódzki Szpital Psychiatryczny, Gdańsk, ul. Srebrniki 17, budynek nr 19, Oddział Dzienny

10.00 – 13.00 Trójmiejski Turniej Gier Planszowych

20 września 2021 poniedziałek

Kościerski Dom Kultury, Kościerzyna

Sala widowiskowa im. Lubomira Szopińskiego ul. 3 maja 9

11.00- 16.00 Odmień Swoją głowę - dzień dla Zdrowia Psychicznego w Kościerzynie

Wykłady, warsztaty, występy artystyczne, kiermasze prac.

więcej info & zapisy

www.otwartebramy.org

www.odmienswojaglowe.org

www.centrumsamopomocy.pl oraz na facebooku

Pomorska Koalicja na Rzecz Zdrowia Psychicznego
ul. Marynarzy 4, 81-835 Sopot, e-mail: info@otwartebramy.org

organizator



patronaty



PATRONAT HONOROWY:



MIECZYSLAW STRUK
MARSZAŁEK
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO



Patronat Honorowy
Prezydent
Miasta Gdańska

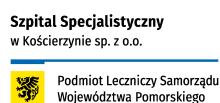


Patronat Honorowy
PREZYDENT
MIASTA GDYNI
Wojciech Szczurek



Patronat Honorowy
Prezydent Miasta Sopotu
JACEK KARNOWSKI

współpraca



patronat medialny



Kampania społeczna „Odmień swoją głowę” na rzecz podniesienia świadomości na temat chorób i zaburzeń psychicznych współfinansowana ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Pomorskiego Urzędu Wojewódzkiego, Miasta Gdyni i Miasta Sopotu.

