



Illustration: Peter Maltha

DOKK 1, AARHUS C

TIRSDAG DEN 10. OKTOBER 2023 KL. 13.00 – 17.30

Vær med når Aarhus markerer Sindets Dag i 2023 med temaet "børn og unges mentale sundhed". Programmet byder på koncert, livshistoriefortællinger, samtale mellem fagpersoner og en humoristisk peptalk. Dagen igennem er informationsstande åbne. Her står foreninger klar til at fortælle om aktiviteter, tilbud og fællesskaber i Aarhus. Alle er velkomne, gratis adgang.

SIND Rådgivning, Bedre Psykiatri Aarhus, SIND Aarhus-Samsø, det usynlige – handicap om ingen ser, Gallo Kriserådgivning & Værested, Folkekirken i Aarhus, Røde Kors Aarhus, Stemmernes Fællesskab, Landsforeningen Autisme Kreds Østjylland, ADHD-foreningen Lokalfdeling Midt-Østjylland, Social Sundhed Aarhus, Mubabet, Psykiatriens Hus Aarhus, Autisme- og Aspergerforeningen

Program

- Kl. 13.00 - 13.05 **Velkomst (Torvet)**
- Kl. 13.05 - 13.10 **Åbningstale** ved Anders Winnerskjold, rådmand for Sociale Forhold og B beskæftigelse **(Torvet)**
- Kl. 13.15 **Informationsstande** åbner **(Torvet)**
- Kl. 13.15 - 14.00 **Koncert med THE MUMES.** Et socialøkonomisk musikprojekt, der aktiverer musikalske supertalenter med psykisk udviklingshæmning. Bandet spiller alt fra baggårdskoncerter til festivaler i ind- og udland. Der er lagt op til et show med charme, spilleglæde og garanti for sange publikum kan synge med på – fra Rolling Stones til Alberte Winding. **(Lille sal)**
- 
- Kl. 14.15 - 15.00 **Mit "job" som mor med mange kasketter. Livshistoriefortælling** ved Nina. Om at være forælder til to børn med ADHD og autisme. Hør om en rejse i livet og en hverdag, hvor udfordringer og nødvendigt samarbejde med systemet fylder. Efterfølgende kommentar fra Mette Bundgaard Nielsen, psykiatrisk sygeplejerske og mulighed for spørgsmål. **(Møderum 2)**
- Kl. 14.15 - 15.00 **Alt det jeg ikke tør sige. Livshistoriefortælling** ved Henni. Henni er datter af en mor med skizofreni. Hør om de spørgsmål som trænger sig på, og de svære perioder der kan være, når et barn vokser op med en psykisk syg mor. Efterfølgende kommentar fra Lars Munk, psykolog og mulighed for spørgsmål. **(Undervisningslokale 1)**
- Kl. 15.15 - 16.15 **Vi vil så gerne hjælpe – men hvordan?** Få perspektiver på, hvad der fremmer børn og unges mentale sundhed. Lyt med når tre forskellige fagpersoner deler erfaringer fra deres arbejde med børn og unge. Samtale mellem Marie Noe, socialrådgiver, Lene Ruge Møller, børne- og ungdomspsykiater og Jens Munk, studenterpræst. Frederik Roland, journalist AN TV leder samtalen **(Lille sal)**
- Kl. 16.30 - 17.30 **Humor og håb** med Mads Marius. En peptalk om at være ung med udfordringer i bagagen og samtidig leve et fantastisk liv. Mads Marius er 26 år, har 9 diagnoser og lever af at være foredragsholder. Han har specialiseret sig i at tage seriøse emner op og blande dem med humor. Alt sammen i øjenhøjde, så vi kan tale om det svære **(Store sal)**
- 
- Kl. 17.30 **Informationsstande** lukker, tak for i dag **(Torvet)**

Informationsstande

- SIND Rådgivning
- Bedre Psykiatri Aarhus
- SIND Aarhus-Samsø
- Det usynlige – handicap om ingen ser
- Gallo Kriserådgivning & Værested
- Folkekirken i Aarhus
- Røde Kors Aarhus
- Stemmernes Fællesskab
- Landsforeningen Autisme Kreds Østjylland
- ADHD-foreningen, Lokalafdeling Midt-Østjylland
- Social Sundhed Aarhus
- Mubabet
- Psykiatriens Hus Aarhus
- Autisme- og Aspergerforeningen

Om Sindets Dag

Den internationale dag World Mental Health Day afholdes hvert år den 10. oktober over hele verden. I Danmark kaldes dagen for Sindets Dag og markeres med arrangementer rundt om i landet. Formålet er at skabe global opmærksomhed og forståelse for mental sundhed.