

Alþjóðlegi geðheilbrigðisdagurinn er tíundi október ár hvert

Geðheilbrigðisdagur er dagur allra

Alþjóðlegi geðheilbrigðisdagurinn er haldinn hátíðlegur víðsvegar í heiminum 10. október ár hvert. Eitt af lykilmarkmiðum dagsins er að brjótast út úr þeirri hugsun að geðheilbrigðismál snúist fyrst og fremst um geðræn vandamál. Andleg heilsa er nauðsynleg undirstaða farsældar. Með þessu er ekki verið að gera lítið úr geðsjúkdómum og þjáningum af þeirra völdum heldur undirstrika nauðsyn þess að koma þeim upp á yfirborðið.

„Það andlega álag sem hópur ungs fólk er undir í dag er oft vanmetið ástand. Á sama tíma og það er eingöngu verið að ræða um efnahagsástand í þjóðfélaginu þá eru sláandi háar tölur sem liggja hjá landlæknisembættinu um sjálfsvígstílaunir ungra stúlkna,“



Verkefnastjóri Einar Kvaran kemur að skipulagningu dagsins.

segir Einar G. Kvaran, verkefnastjóri í málefnum ungs fólks hjá Geðhjálp.

Dagskrá geðheilbrigðisdagsins

fer fram í Perlunni kl. 16-18 föstudaginn 10. október og hefst hún með ávarpi forseta Íslands, hr. Ólafs Ragnars Grímssonar, sem jafnframt er verndari dagsins. Yfirskrift geðheilbrigðisdagsins í ár er: „Hlúðu að því sem þér þykir vænt um.“ Þessi yfirskrift vísar til mikilvægis aukinnar samveru foreldra og barna.

Geðheilbrigðisdagurinn hefur fengið eigin heimasíðu www.10okt.com og mun hún vera þróuð áfram í samstarfi við ungt fólk en markmið hennar er að veita fræðslu um geðrækt og aðstoða við skipulagningu geðræktarviðburða. Sönkonan Elín Eyþórsdóttir opnaði síðuna mánudaginn síðastliðinn.

kristing@24stundir.is