

Mielenterveys on jokaisen oikeus

Maailman mielenterveyspäivänä 10.10. haluamme vihreäksi valaistujen kohteiden avulla herättää keskustelua siitä, että mielenterveys on jokaisen oikeus.

Oikeus yhdenvertaisesti hyvään mielenterveyteen, mutta myös oikeus saada matalalla kynnyksellä tukea silloin, kun sitä tarvitsee.

Kyse ei ole vain yksilöiden vaan koko yhteiskunnan asiasta, sillä pahoinvointi tulee kalliiksi.

Mielenterveyttä voi vahvistaa monella tavalla. Usein olo helpottuu, kun joku kuuntelee.

Omista tunteista pitää voida puhua ja vaikeissa tilanteissa on saatava apua

– matalalla kynnyksellä ja nopeasti.

Kierrä ja kuvaa kohteet

(kohteissa myös pieniä tehtäviä koko perheelle)

- 1.Osmosen talo (Alfredinkatu 5)
- 2.Karin Kampus (uimahallin sivu)
- 3.Pääkirjasto
- 4.Kaupungintalon torni
- 5.Pyhän Ristin kirkko
- 6.Pikku-Jumbo (Seminaarinkatu 2)
- 7.Keskustelupuisto (Kalliokatu 28-30)
- 8.Kiikartorni



Hae passi Osmosen talolta klo 18-21, ota löytämistäsi kohteista merkki ja palauta se takaisin Osmosen talolle sähköpostillasi varustettuna ja osallistut arvontaan (yksikin löydetty rasti riittää)

Otitko kuvan kohteesta tai löysitkö myös muita vihreäksi valaistuja kohteita?

Jaa kuvasi somessa tunnisteilla @mielenterveys @mielirauma

#maailmanmielenterveyspäivä #vihreävaloa

