

# Kom mentalt bedre gennem Corona på arbejdspladsen

## – få inspiration og værktøjer til mental sundhed i arbejdslivet

Mange har fået udfordret deres trivsel i arbejdslivet under Corona-pandemien, mens andre har oplevet positive forandringer i arbejdslivet. Uanset om oplevelserne har givet udfordringer eller været positive, så giver forandringer på arbejdspladsen, mindre kontakt til kollegaer, andre vilkår for at afstemme forventninger og utryghed i jobbet anledning til, at der sættes fokus på god mental sundhed i arbejdslivet. Derfor afholder Velliv Foreningen og partnerskabet 'Sammen om mental sundhed' fem åbne arrangementer i forbindelse med Danmarks Mentale Sundhedsdag 2020.

### Arrangementerne er gratis og som deltager får du og din arbejdsplads:

- Viden og konkrete værktøjer til at styrke mental sundhed og tage hånd om mistrivsel på din arbejdsplads
- Inspiration fra lokale arbejdspladser til arbejde med mental sundhed
- Mulighed for at tale med lokale ressourcepersoner, arbejdspladser og eksperter om, hvordan din arbejdsplads kan styrke fokus på mental sundhed.

Der er et begrænset antal pladser, som fyldes efter *først til mølle-princippet*.

Tilmeld dig allerede nu på <https://kfs.nemtilmeld.dk/series/danmarks-mentale-sundhedsdag-2020/>

### KØBENHAVN\* - Mandag d. 28. september kl. 16:00-17:30

hos Finanssektorens Arbejdsgiverforening i samarbejde med DA og FH

**NB afholdes digitalt**

### AARHUS\* - Mandag d. 5. oktober kl. 15:30-19:00

i samarbejde med CABI - Remisen, Godsbanen, Skovgaardsgade 3, Århus C (65 pladser) – *Arrangementet livestreames*

### AALBORG\* - Tirsdag d. 6. oktober 15:30-19:00

hos FH i samarbejde med 3F, FOA og Dansk Metal

**Arrangementet er aflyst**

### KØBENHAVN\* - Onsdag d. 7. oktober 15:30-19:00

hos Falck Healthcare i samarbejde med Lederne Sydhavnsgade 18, 2450 Kbh. SV (65 pladser) – *Arrangementet livestreames*

### ODENSE\* - Torsdag d. 8. oktober 15:30-19:00

hos 3F - Skibhusvej 52 B, 5000 Odense C

**Arrangementet er aflyst**

\*Arrangementerne afholdes med forbehold for ændringer

### Kontakt

Christian Døsing Sørensen  
Komiteen for Sundhedsoplysning  
Tlf: 22 30 32 30  
Mail: [cgs@sundkom.dk](mailto:cds@sundkom.dk)

### Om Danmarks Mentale Sundhedsdag

Danmarks Mentale Sundhedsdag giver alle danske arbejdspladser mulighed for at søge 10.000 kr. til et event om mental sundhed. Eventet skal foregå i regi af arbejdspladsen og handle om at skabe samtale og læring om mental sundhed i arbejdslivet. Det er Velliv Foreningen, der står bag Danmarks Mentale Sundhedsdag. Arrangementerne er et ekstra tilbud i forbindelse med Danmarks Mentale Sundhedsdag.

### Om partnerskabet 'Sammen om mental sundhed'

'Sammen om mental sundhed' arbejder for at styrke den mentale sundhed på danske arbejdspladser med enkle, konkrete råd og værktøjer, der kan tages i brug her og nu. Se [www.mentalsundhed.dk](http://www.mentalsundhed.dk). 'Sammen om mental sundhed' er et bredt tværgående samarbejde mellem Sundheds- og Ældreministeriet og 47 partnere på tværs af organisationer, myndigheder, faglige selskaber og pensions-selskaber med kontaktflade til stort set hele det danske arbejdsmarked.

## PRAKTISKE OPLYSNINGER

### **KØBENHAVN - Mandag d. 28. september kl. 16:00-17:30**

*Arrangementet afholdes som et digitalt arrangement.*

### **AARHUS - Mandag d. 5. oktober kl. 15:30-19:00**

*Parkering:* Der er p-pladser langs hallerne med indkørsel fra Skovgaardsgade. Pga. byggeaktivitet kan antallet af pladser variere. Vi henviser til Scandinavian Center eller Ceresbyen

### **KØBENHAVN - Onsdag d. 7. oktober 15:30-19:00**

*Parkering:* Der er mulighed for at parkere ved Falcks hovedbygning på P-pladser mærket "Falck". Efter parkering skal bilen blot elektronisk registreres i receptionen. Der er også mulighed for fri parkering i området udenfor Falcks hovedbygning.