



## Program

### **Warsztaty „Po godność” 4 – 9 września 10 - 14**

*Centrum Samopomocy - Ogród Bez Pośpiechu, Gdynia, ul. Bernadowska 15A*

Przygotowania do Marszu Po Godność, który odbędzie się 10 września 2023 r.

Stworzymy hasła, transparenty, torby, przypinki, bransolety, t-shirty.

### **Marsz Po Godność 10 września 2023 11.30**

*Sopot, Kościół p.w. św. Jerzego ul. Monte Casino*

Będziemy głośno mówić o tym, że zdrowie psychiczne jest ważne! Nie stój z boku, dołącz do nas!

Chcemy, aby całe Pomorze słyszało nasze słowa i widziało nasze transparenty!

### **Festyn Tolerancji 10 września 2023 12-15**

*Sopot, Skwer Kuracyjny przy Molo*

12.00 Inauguracja obchodów, Drzwi do Tolerancji – symboliczne przejście

Koncerty, wystawy, punkty informacyjne, doradztwo i poradnictwo

### **B4MASSKA 10 września 17-19**

*Artinkubator, Sopot, ul. Jakuba Goyki 3*

Spektakle teatralne

### **Artystyczne popołudnie 12 września 2023 godz. 12 – 17**

*Klub 123, Gdynia, ul. Warszawska 42*

warsztaty, spotkania, konsultacje, wernisaż galeria outsiderów

### **Dzień Zdrowia Psychicznego 15 września 2023**

*Oddział Dzienny, Gdańsk, ul. Srebrniki 1*

Festiwal gier planszowych i uważnych spotkań

### **Konferencja Odmień Swoją Głowę 19 września 2023 Godzina 9 -14**

*Urząd Marszałkowski Województwa Pomorskiego Sala Okrągła, Gdańsk ul. Okopowa 21/27*

### **Popołudnie Na Chrzana 22 września 2023 r.**

*Centrum Samopomocy w Gdyni, Chrzan House, Gdynia, ul. Chrzanowskiego 14/2*

Targi Pracy, Wystawa Artystów Outsiderów - koncert Pana Roberta Torchała, Eliza.

### **Wernisaż Artystów Outsiderów 28 września 17.00**

*Akademia Don Kichota, Sopot, al. Niepodległości 829*

### **B4Masska 6 października 16-18**

*Artinkubator, Sopot ul. Jakuba Goyki 3*

Spektakle teatralne artystów outsiderów

### **VII Forum Samopomocy 17 października 2023 r. 10 - 16**

*Konsulat Kultury, Gdynia, ul. Jana z Kolna 25*

### **Finał Kampanii „Odmień Swoją Głowę” 23 października 9-14**

*Sala Widowiskowa Lubomira Szopińskiego, Kościerzyna, ul. 3 maja 9*

**Spotkania informacyjne**  
**Akademia Don Kichota, Sopot, al. Niepodległości 829**

**21.09** Budowanie zdrowia i pozytywnej adaptacji u osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego. Wyznaczanie celów w procesie zdrowienia 14 -16

**10.10** Spotkanie z historią osobistą: Dariusz Majorek 17 -19

**19.10** Wczesne wykrywanie i interwencja w psychozie.  
Praca i wsparcie z pacjentami w stanie psychotycznym 14 -16

**17.11** Jak pracować z osobą, którą dotknęła nagła tragedia?  
Podstawy interwencji kryzysowej 14-16

**15.12** Terapia Akceptacji i zaangażowania w pracy z osobami z doświadczeniem kryzysu psychicznego 14-16

Więcej na

[www.odmienswojaglowe.org](http://www.odmienswojaglowe.org)

organizator



Pomorska Koalicja na Rzecz Zdrowia Psychicznego  
ul. Marynarzy 4, 81-835 Sopot, tel. 699866548 e-mail: kontakt@ekspresja.org  
[www.otwartebramy.org](http://www.otwartebramy.org)

patronaty



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