



## VERDENSUKA FOR PSYKISK HELSE I BARDU

### Mandag 10.oktober

| Hva   | Hvor                        | Målgruppe                              | Klokkeslett | Arrangør  |
|---|-----------------------------|--|-------------|---|
| Babysang  | Menighetshuset              | Alle med baby                          | 11-13       | Bardu menighet  |
| Kake, kaffe og prat   | Coop Extra                  | Alle                                   | 10-14       | Psykisk helse dag   |
| Fokus på psykisk helse med vafler, kahoot, premier og prat  | Bardu ungdomsskole          | Elever og lærere på ungdomsskolen      | 09-14.30    | Helsestasjonen<br>Frisklivssentralen<br>Psykisk helse dag |
| Utstilling med årets tema   | Biblioteket på kommunehuset | Alle                                   | 08-15       | Biblioteket i Bardu                                       |
| Foreldrestøttekveld med tema: «Hvordan takle bekymringer i svangerskapet» Påmelding på sms til Signe: 48125658. | Kommunehuset                | Gravide med partner i Bardu og Målselv | 18-19       | Jordmor Signe fra Bardu og jordmor Trine fra Målselv      |

### Tirsdag 11. oktober

| Hva   | Hvor                        | Målgruppe | Klokkeslett | Arrangør  |
|---|-----------------------------|-----------|-------------|---|
| Tirsdagskafè  | Menighetshuset              | Alle      | 18-20       | Bardu menighet                                      |
| Felles gåtur etterfulgt av lunsj ute på bål med live musikk | Sponga                      | Alle      | 11-13       | Avd. Ergo-, fysioterapi, folkehelse og hjelpemiddel |
| Utstilling med årets tema                                   | Biblioteket på kommunehuset | Alle      | 08-15       | Biblioteket i Bardu                                 |
| Kveldsåpen kafè med mulighet for brettspill                 | Skafferiet                  | Alle      | 18-21       | Skafferiet  |

### Onsdag 12.oktober

| Hva  | Hvor                        | Målgruppe                         | Klokkeslett                 | Arrangør  |
|--|-----------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|---|
| Barseltreff med årets tema og gratis lunsj (kylling- og pastasalat)                                  | Helsestasjonen              | Alle med baby                     | 11-13                       | Helsestasjonen                                    |
| Åpen dag med 2 gruppetimer   | Feel 24 Bardu               | Alle                              | Gruppetimer kl. 11.30 og 17 | Feel 24 Bardu                                     |
| Fellestur til Dammen og kafe   | Dølahall                    | Alle                              | Fra 18                      | UL Bardujord                                      |
| Fokus på psykisk helse   | Bardu ungdomsskole          | Elever og lærere på ungdomsskolen | 09-12                       | Helsestasjonen<br>Folkehelse<br>Psykisk helse dag |
| Utstilling med årets tema  | Biblioteket på kommunehuset | Alle                              | 08-15                       | Biblioteket i Bardu                               |
| Åpent for å være sosial. Kom alene eller sammen med noen, vi tar deg imot med åpne armer og et smil. | Vinbanken                   | Alle                              | 18-21.30                    | Vinbanken   |

### Torsdag 13.oktober

| Hva                       | Hvor                        | Målgruppe | Klokkeslett | Arrangør            |
|---------------------------|-----------------------------|-----------|-------------|---------------------|
| Bålpanne, kaffe og prat   | Kirkeparken                 | Alle      | 11-14       | Psykisk helse dag   |
| Utstilling med årets tema | Biblioteket på kommunehuset | Alle      | 08-15       | Biblioteket i Bardu |

### Fredag 14.oktober

| Hva                       | Hvor                        | Målgruppe       | Klokkeslett | Arrangør                 |
|---------------------------|-----------------------------|-----------------|-------------|--------------------------|
| 80tallsparty for ungdom   | Ala Rock                    | Ungdom 13-16 år | 19-24       | Ala Rock og ungdomsrådet |
| Utstilling med årets tema | Biblioteket på kommunehuset | Alle            | 08-15       | Biblioteket i Bardu      |

### Lørdag 15.oktober

| Hva                      | Hvor     | Målgruppe       | Klokkeslett | Arrangør |
|--------------------------|----------|-----------------|-------------|----------|
| 80-tallsparty for voksne | Ala Rock | Alle over 18 år | 20-02       | Ala Rock |