



«Giornate d'azione per la salute mentale 2024»

Scheda informativa per organizzatori

Periodo

08 settembre - 10 ottobre 2024

Tema principale/centro di attenzione

Affrontare situazioni di vita psicologicamente impegnative in modo orientato alle opportunità

Gruppo target

Adolescenti e adulti del Cantone dei Grigioni. In particolare, persone direttamente e indirettamente colpite da stress psicologico e problemi.

Obiettivi

I partecipanti alle manifestazioni...

- acquisiscono conoscenze, ricevono impulsi e sperimentano strategie per trovare un modo positivo di affrontare le situazioni impegnative, per rafforzare le proprie risorse e per salvaguardare la propria salute mentale.
- Riescono a dare un nome ai propri sentimenti, sono incoraggiati a parlarne e ad affrontare questioni difficili.
- sanno dove trovare sostegno e consulenza in caso di necessità e considerano un punto forte accettare l'aiuto.
- conoscono persone che si trovano in situazioni simili o hanno l'opportunità di interscambio di idee.
- imparano come i familiari possono rafforzare e sostenere le persone in situazioni psicologicamente impegnative.

Manifestazioni - punti salienti

- Manifestazioni pubbliche senza scopo di lucro
- Manifestazioni a carattere dialogico e mostre
- Fino a 18 manifestazioni, di cui al massimo 1/3 a Coira
- Sono particolarmente apprezzate le manifestazioni in romancio e in italiano.
- È auspicabile la collaborazione di più organizzazioni, almeno una di esse dovrebbe essere radicata localmente/regionalmente presso il luogo della manifestazione.

Manifestazione - tipi comprovati

- Tavola rotonda: in una tavola rotonda le persone si riuniscono e discutono pubblicamente di un argomento specifico. Una tavola rotonda è composta da tre o quattro persone e da una moderazione.
- Filmato/teatro: un filmato o uno spettacolo teatrale deve durare al massimo 1 ora ed essere appropriato all'argomento. Nel successivo intervento/dibattito si riprenderà l'argomento e si metteranno in evidenza le diverse esperienze nell'affrontare il tema.
- Letture/racconto: una testimonianza, una lettura da un libro, una storia in forma di dialogo a tre. Queste forme permettono al pubblico di partecipare attivamente alla vita degli altri e danno l'opportunità di riflettere sulla propria vita e sul proprio comportamento.
- Relazione: una relazione più lunga seguita da una discussione o diverse relazioni più brevi da prospettive diverse: una buona forma quando c'è molto da raccontare.
- Mostra: una mostra può essere installata in modo permanente o come mostra itinerante. Dovrebbe essere aperta al pubblico, perennemente o a orari prestabiliti. Siamo aperti alle idee.

Ispirazione

- [Salute delle famiglie e delle donne](#), produce filmati professionali nel settore della salute delle famiglie e delle donne, con particolare attenzione ai temi della salute mentale. Attualmente: progetto di sensibilizzazione "IMMAGINI ALLO SPECCHIO"
- [Filmato con discussione triologica - psy.ch – Guida alla salute mentale](#), filmati consigliati che vengono o sono stati proiettati nel Canton Berna nell'ambito di proiezioni con tavola rotonda
- [NPG-RSP: Giornata mondiale della prevenzione del suicidio, 10 settembre](#), Siamo intenzionati a lanciare una manifestazione il 10 settembre del 2024 e siamo alla ricerca di partner per la cooperazione.

Possibili organizzatori

Istituzioni professionali, associazioni, società, gruppi di auto-aiuto, ecc.; nessun fornitore privato o commerciale.

Fattori di successo

Per la pianificazione della manifestazione, vorremmo raccomandare i seguenti fattori di successo:

- il tema e il titolo sono adatti al pubblico target e lo coinvolgono
- collaborazione con un partner locale già radicato (organizzazione, associazione e il comune)*
- moltiplicazione delle manifestazioni (almeno 2) per ridurre al minimo i costi
- una moderazione competente e empatica
- spazio e tempo sufficienti per la discussione e l'interscambio (coinvolgimento attivo dei direttamente interessati e dei loro familiari)
- a seconda del tema, si adattano luoghi non convenzionali come teatri, cinema, caffè, bar, musei, biblioteche,...
- scelta di una forma di manifestazione adeguata, come una tavola rotonda, uno spettacolo teatrale, un filmato, una lettura, una mostra o una manifestazione online, un podcast,...
- uso di mezzi audiovisivi
- nessuna preregistrazione richiesta

* I partner locali conoscono "la loro" popolazione, le sue esigenze e sono attivi nelle reti importanti, generando un'ampia copertura nella fascia di destinatari desiderata grazie a canali di comunicazione adeguati.

I compiti e le prestazioni degli organizzatori (compresi i partner locali/regionali) comprendono

- Pianificazione e svolgimento di una manifestazione
- Promozione della manifestazione a livello locale/regionale
- Compilazione di un breve modulo di valutazione

Le prestazioni dell'Ufficio dell'igiene pubblica

- Svolgimento del workshop per gli organizzatori
- Coordinamento e consulenza in termini di date, contenuti e ubicazioni delle manifestazioni
- Se necessario, è possibile richiedere un sostegno finanziario (50% fino a un massimo di 2000 franchi)
- Produzione di materiale pubblicitario e promozione a livello cantonale
- Svolgimento di una valutazione

Programma

Quando	Cosa	Chi
entro il 31.12.2023	Segnalazione di una manifestazione nell'ambito delle Giornate d'azione per la salute mentale 2024 → il modulo online "Segnalazione di una manifestazione nell'ambito delle Giornate d'azione per la salute mentale 2024" è disponibile su www.gr.ch/wie-gehts-dir	Organizzatori
31.01.2024	Il programma viene allestito dall'Ufficio dell'igiene pubblica → l'Ufficio dell'igiene pubblica fornisce un feedback agli organizzatori, che possono così procedere a una pianificazione dettagliata	Ufficio dell'igiene pubblica
entro il 15.03.2024	Invio di informazioni sulla gara d'appalto e di una richiesta di contributo da parte dell'organizzatore → Vi invierò una griglia per le informazioni dettagliate sulla gara d'appalto e un modulo per la richiesta di contributo. → L'Ufficio dell'igiene pubblica fornisce un feedback agli organizzatori in modo da poter compilare le informazioni per il materiale della campagna.	Organizzatori Ufficio dell'igiene pubblica
entro il 15.04.2024	Progettazione del materiale della campagna	L'Agenzia
25.04.2022	Il programma è definitivo e sarà presentato all'evento informativo (online) → Presentazione del libretto del programma, comunicazione e distribuzione, volantini, manifesti, pubblicità, redazione, sito web, social media e altre procedure	Ufficio dell'igiene pubblica e organizzatori
01.07.2024	Distribuzione del materiale della campagna e avvio della campagna di comunicazione da parte del Cantone e degli organizzatori	Ufficio dell'igiene pubblica e organizzatori
07.09 – 10.10.2024	Giornate d'azione	Ufficio dell'igiene pubblica e organizzatori

I documenti e il modulo di segnalazione per gli organizzatori sono disponibili sul sito web:
www.gr.ch/wie-gehts-dir

Contatto

Christiane Eggert, responsabile giornate d'azione, Ufficio dell'igiene pubblica dei Grigioni
 telefono: +41 81 257 64 08, e-mail: Christiane.Eggert@san.gr.ch