

# KURSDAG I UNGDOMSSKOLEPROGRAMMET ”ALLE HAR EN PSYKISK HELSE”

Scandic Ambassadeur, Drammen

Tirsdag 10. januar 2023



**Psykisk helse i skolen inviterer til nytt kurs i ungdomsskoleopplegget  
”Alle har en psykisk helse”**

## **MÅLGRUPPE:**

Lærere, skoleledere, helsesøstre, PP-rådgivere og andre som arbeider med elever i ungdomsskolen.

**Tid:** Tirsdag 10. januar 2023 kl. 09.00 – 15.00

**Sted:** Scandic Ambassadeur, Strømsø Torg 7, 3044 Drammen

Ved å bruke dette programmet vil elevene være bedre i stand til å møte utfordringer når livet blir vanskelig å mestre.

Elevene vil kunne hjelpe seg selv og andre etter å ha arbeidet med stoffet i permen. Dette gir hjelp til å sette ord på følelser og bli tryggere på sin egen og andres psykiske helse. I tillegg får de vite hvor de skal henvende seg hvis de selv, venner eller familie sliter.

## MÅL FOR KURSDAGEN:

- Kjennskap til pedagogisk metode og helsefaglig perspektiv
- Bli kjent med elevoppgavene i permen
- Få trygghet til å jobbe med temaet psykisk helse og ungdom.

## PROGRAM FOR KURSDAGEN

9:00 – 9:45	Introduksjon, perspektiv og metode.
10:00 – 11:30	Materiellets oppbygging
11:30 – 12:15	Lunsj
12:15 – 13:30	Elevoppgaver, gruppearbeid og presentasjoner Plan
14.00 – 14:15	for eget arbeid og forankring i skolen
14:15 – 15:00	Oppsummering, tips og gratismateriell for bruk i arbeidet

Skoleprogrammet ”Alle har en psykisk helse” er tilpasset hvert av trinnene på ungdomsskolen.

Hver skole som er representert på kurset får gratis opplegg for alle trinnene. Kurs og lunsj er gratis.

Benytt elektronisk påmelding her:

[www.psykopp.no/](http://www.psykopp.no/)

Gå inn Arrangementer, ”Alle har en psykisk helse” Drammen

Her ligger invitasjon og påmeldingslenke.

Kursholder: Hege Helene Bakke, Rådgiver , Rådet for psykisk helse

Kontaktperson ang. påmelding: Natalia Vines  
[natalia@psykopp.no](mailto:natalia@psykopp.no)  
Telefon: 51938800

**Velkommen!**