

DOE MEE ALS ORGANISATIE AAN DE 10-DAAGSE VAN DE GEESTELIJKE GEZONDHEID!

WAT?

Tussen 1 en 10 oktober zetten we samen het belang van geestelijke gezondheid en veerkracht in de kijker. Dit jaar staat de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid in het teken van 'kracht'. We hebben allemaal sterktes waar we trots op mogen zijn. Alleen... soms zien we ze niet of lijken ze vanzelfsprekend. Onder het motto 'samen veerKRACHTig' nodigen we mensen uit om hun kracht te ontdekken, roepen we hen op om samen trots te zijn op deze krachten -groot en klein- en om ze ook in te zetten om anderen te helpen.

Wij roepen graag op om de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid mee in de kijker te zetten!

Drie mogelijke manieren om deel te nemen:

FORMULE 1 // LIGHT DEELNAME

De 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid digitaal onder de aandacht brengen:

- Banner handtekeningen van e-mails bij alle werknemers

Voorbeeld:



- Nieuwsbericht/banner op de website van eigen organisatie
- Posten van nieuwsbericht/spreuken/weetjes/teksten op sociale media

Downloads (bv. banners, sociale media promo) en mogelijkheden vind je terug op:

www.samenveerkrachtig.be/organiseer-mee/downloads

Inhoud en inspiratie voor sociale media kan je terugvinden in de inspiratiegids 2022:

www.samenveerkrachtig.be/images/2022/Inspiratiegids_SamenVeerkrachtig2022_DEF.pdf

FORMULE 2 // MEDIUM DEELNAME

Combineer met formule 1 en breng daarboven ook spreuken rond geestelijke gezondheid aan doorheen je organisatie met de hashtag **#samenveerkrachtig**

- Kies een spreuk die het beste bij jouw organisatie past
- Voorbeelden ter inspiratie:
www.vlaamselogos.be/sites/default/files/domain%20editor/gezondpluscm/2019_Communicatie-toolkit_Spreuken.pdf

Je kan ook extra materiaal verkrijgen via jouw LOGO.

FORMULE 3 // MAXI DEELNAME

Combineer formule 1 & 2 en organiseer een bijkomende actie rond 'KRACHT'. De actie kan zich richten tot inwoners, bezoekers, werknemers, leerlingen, studenten, buurtbewoners, ...

Acties kunnen gericht zijn op verschillende domeinen:

- **Kijk:** bv. affiches, spreukenacties, ...
- **Beweeg:** bv. een wandelactiviteit, te gekke veertochten, ...
- **Beleef:** bv. lezing, workshop, ...
- **Verbind:** bv. bankcontact, zoek de Warme William stoel, mijn straat, ...

Deze acties kan je registreren via de UIT-databank!

Meer info en inspiratie via: www.samenveerkrachtig.be/organiseer-mee/zelf-aan-de-slag

MAAK TAMTAM!

Schrijf // 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid - Samen Veerkrachtig

Gebruik // de slogan 'Samen Veerkrachtig' en het bijhorende logo in al je communicatie over activiteiten in het kader van de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid

Sociale media // gebruik de hashtag [#samenveerkrachtig](#)



ACTIVITEIT

Verzin een activiteit rond geestelijke gezondheid: lezingen, workshops, meditatiesessies, workshops, alles kan en mag



SAMEN VEERKRACHTIG

Denk aan het centrale thema: samen veerkrachtig



TAMTAM

Nodig je netwerk uit, maak tamtam op de sociale media



UIT IN VLAANDEREN

Registreer je event in UiT in Vlaanderen

www.samenveerkrachtig.be