

## INVITASJON !

Det har blitt tradisjon på Alvdal å markere verdensdagen for psykisk helse - 10.oktober. Det har vi klart i år også, takket være samarbeid med Mental Helse Tolga-Alvdal-Tynset, Alvdal Turforening, Landsforeningen for hjerte og lungesyke (LHL), enhet kultur, skoler, Fagforbundet i Alvdal, barnehager, frivillighetssentralen, biblioteket og psykiatritjenesten. Arbeidsgruppa består av medlemmer fra Mental Helse Tolga-Tynset-Alvdal, Fagforbundet, Turforeninga, og kommunens psykiatritjeneste.

I år er temaet "Livet går opp og ned - snakke om det!". Tidligere har det vært fokusert på barn og unge, og det fortsetter vi med. I år fokuserer vi særlig på voksne i arbeidslivet, og spesielt på hvordan sørge for påfyll i et stadig mer hektisk arbeidsliv. Uke 42 vil det være ulike aktiviteter på Alvdal i anledning verdensdagen (se vedlagt program). Blant annet vil det være et arrangement på

Aukrustsenteret fredag  
17.10.08 kl 16.30-19.30

med

Karin Fevaag Larsen :

"Endelig er det mandag !"



Karin arbeider med person- og organisasjonsutvikling i sitt eget firma NY GIV AS. Hun jobber med utvikling av organisasjoner, så vel som enkeltmennesker. Hun har sin bakgrunn fra bl.a. finans, bank og forsikring, og har også tidligere jobbet som salgsdirektør i Gjensidige. Videre har hun :

- Deltatt i Frokost-TV på NRK
- Gjest i Først og Sist hos Fredrik Skavlan
- Deltatt i Søndagstabloid TV2
- Deltar ofte i NRK P1 med gode råd og tips om trivsel, humor og arbeidsglede.

Karin er en raus og inspirerende person, kjent for å skape begeistring, gir mye humor og ord til ettertanke. Hun får ofte betegnelsen "energibombe". Hun ble kåret til beste foredragsholder på den Store Inspirasjonsdagen i Oslo... 600 mennesker ga henne 5.9 av 6 oppnåelige poeng. Her deltok flere av landets beste foredragsholdere.

Karin ble 3.2.06 kåret til Beste Foredragsholder - "Årets inspirator 2005". Dette i regi av Confex Norge AS. Foredraget "Endelig er det Mandag" har vært et meget etterspurt foredrag i lang tid. La deg inspirere - foredraget gjør noe med deg !

Vi inviterer arbeidstakere og andre interesserte til å komme. Arrangementet er gratis. Da det vil bli enkel matservering, ønskes det **PÅMELDING** innen **10.10.08** om antall som kommer. Først til mølla gjelder til Aukrustsalen er full!

For spørsmål og **PÅMELDING**, ta kontakt med  
Anne Th, Vanem, psykiatritjenesten Alvdal kommune  
62 48 90 44, 48 89 32 70  
[anne.vanem@alvdal.kommune.no](mailto:anne.vanem@alvdal.kommune.no)

Med hilsen

Arbeidsgruppa for Verdensdagen for psykisk helse på Alvdal 2008