



Spółeczna akcja „Odmień Swoją Głowę” ma na celu zmianę myślenia o osobach doświadczających kryzysów psychicznych i zachęca do pozbycia się stereotypów oraz zrozumienia, że osoby doświadczające zaburzeń psychicznych, to ludzie tacy sami jak TY. Pamiętajmy, że co czwarty z nas miał lub będzie miał problemy ze zdrowiem psychicznym ! **Chcesz wziąć udział w akcji i odmienić swoją głowę ? Na głowę bez stereotypów ?**

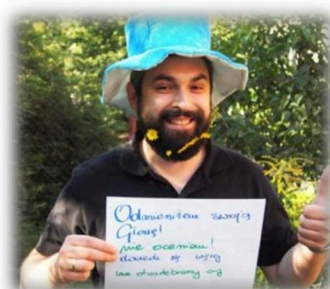
Jak to zrobić ? To bardzo proste !

- zapoznaj się z treścią ulotki, która obala stereotypy i mity dotyczące osób doświadczających kryzysów psychicznych, wejdź na [www.otwartebramy.org](http://www.otwartebramy.org)
- odwiedź jeden z mobilnych punktów „Odmiany Głowy” porozmawiaj, uzyskaj informację, obal stereotypy
- jeżeli „odmieniłeś swoją głowę” w stosunku do osób doświadczających kryzysów psychicznych
- odziej nietypowe dla siebie nakrycie głowy lub uczesz/umaluj się inaczej niż zwykle 😊,
- zrób sobie zdjęcie trzymając kartkę z napisem „ODMIENIŁAM/EM SWOJĄ GŁOWĘ”, jednocześnie zamieszczając w poście link do naszego fanpage’a i klikając łapkę w górę.

**Odmieniłem swoją głowę !  
Schizofrenia - nie oceniam  
Dowiedz się więcej  
[www.otwartebramy.org](http://www.otwartebramy.org)**

Proste prawda ?  
Czym więcej odmienionych głów tym lepiej !

**Zobacz, Bożena, Zuza i Sebastian już odmienili już swoją głowę !**



Aby zobaczyć, kto odmienił swoją głowę, wejdź na:

[www.otwartebramy.org](http://www.otwartebramy.org)

<https://www.instagram.com/odmienswojaglowe/>

Co roku w Trójmieście organizowane są obchody Dni Solidarności z Osobami Chorującymi Psychicznie. Wydarzenie trwa cały tydzień i jest przestrzenią do rozmów, dyskusji, nauki oraz prezentacji szeroko pojętej twórczości osób, które na co dzień zmagają się z chorobą psychiczną. Zachęcamy do uczestniczenia w wrześniowych Dniach Solidarności z Osobami Chorującymi Psychicznie, zależy nam aby jak najwięcej ludzi wzięło w nich udział i żeby jak najwięcej ludzi odmieniło swoje myślenie na temat zaburzeń psychicznych. Chcemy aby osoby chorujące psychicznie realnie były częścią społeczeństwa i mogły w pełni korzystać z życia.

**Twoja odmieniona głowa może im w tym pomóc !**

