

**Kære ABC-partnere,**

Det nye kampagnemateriale er landet og vi er glade for at kunne introducere jer for en farverig kampagne, der skal inspirere og oplyse om mikrohandlinger og om ABC-budskaberne. Kampagnen er skabt med et fokus på at være intuitiv og inkluderende for alle typer af borgere. Vi vil gerne vise, at ABC-budskaberne i praksis kan se forskellige ud, alt efter hvem man er, og hvor meget tid man har. At gøre noget meningsfuldt kan både være et smil til en på sin vej eller at være frivillig i den lokale kommune. Derfor vil der også være mulighed for at vælge lige de materialer, der taler ind i jeres målgruppe og indsatser.

**ABC-Kampagnen formidler to hovedbudskaber:**

1. At mental sundhed er noget, vi skaber sammen ved hjælp af de tre pejlemærker: Gør noget aktivt, gør noget sammen, gør noget meningsfuldt.
2. At små handlinger i hverdagen (mikrohandlinger), der måske kan virke simple, tilsammen kan skabe store forandringer for både vores egen og andres mentale sundhed.

Materialerne er generiske og kan bruges på alle tidspunkter af året.

- Det kan være I som kommunen vil sætte fokus på jeres kommunale tilbud med busplakater
- At I som virksomheden/foreningen vil opfordre jeres medarbejdere/frivillige til at tænke ABC ind i hverdagen med infoskærme i kantinen
- Eller at I på skolerne er i gang med et ABC forløb med jeres elever og vil have post på de sociale medier

Vi vil naturligvis opfordre jer til at bruge dem i forbindelse med d. 10/10, for at lave lidt "larm" omkring Mental Health Day.

Der er udviklet fire "pakker" der indeholder materiale tilpasset forskellige typer af partnerskaber. I mappen til download vil I kunne finde både materialer og guides. I kan finde:

- en basispakke, der kan bruges af alle (mikrohandlinger i hverdagen)
- en basispakke for kommuner
- en basispakke for virksomheder/foreninger
- en basispakke for skoler

Hvis I har brug for at få sat jeres eget logo, QR-kode eller afmelding på, kan I tage fat i Nanna Luna Sinnbeck på [nls@psykiatrifonden.dk](mailto:nls@psykiatrifonden.dk)

Rigtig god Mental Health Month!