

# Oppfordrer til å «hive maska»



**HIV MASKA:** Folkehelsekoordinator Bengt Fjeldbraaten (f.v9, Jan-Henrik Wik, ordfører Espen Johnsen og leder på Villa Utsikten Kari Slåstuen oppfordrer lillehamringen til å «kaste maska».

**LILLEHAMMER:** Sammen med Villa Utsikten ønsker Lillehammer kommune å sette verdensdagen for psykisk helse på dagsorden. I år oppfordrer de til å «kaste maska».

#### **TORE STEFFENS**

toresseffens@byavis.no

I år oppfordres det, i folkehelsekampanjen, til å være ærligere og «kaste maska». Verdensdagen for psykisk helse er 10. oktober, men Lillehammer kommune, sammen med Villa Utsikten, gjør årets tema til en lengre prosess. Onsdag i forrige uke, og i går inviterte de til maskelaging. I forrige uke gjes-

tet blant annet ordfører Espen Johnsen lokalene.

- Dette er et bra symbol på en viktig sak. Dette angår oss alle, enten i større eller mindre grad. Vi har alle et fysisk og psykisk utgangspunkt, det må vi være klar over. Hvis dette kan gjøre terskelen lavere og folk mer oppmerksomme på hvordan en selv har det, er det bra, sier Espen Johnsen som under maskelagingen 23. september samarbeidet med Jan-Henrik Wik.

- Jeg håper en slik aksjon kan være med på å vise fram at det finnes et tilbud. Jeg har benyttet meg av tilbudet her på Villa Utsikten og det funker, sier Wik som synes årets tema er spennende og interessant.

- Å kaste maska symboliserer det å være mer åpne. Jeg føler på

mange måter at jeg har nettopp kastet maska. Nå føler jeg at den jeg er bak maska er bedre og ikke minst så føler jeg meg tryggere på meg selv, sier Wik.

Onsdag i neste uke, klokken fem, inviterer kommunen sammen med Villa Utsikten til en ny maskelaging-seanse.

- Alle som vil kan komme og lage seg en maske i gips på Villa Utsikten, og fargelegge og dekorere den, sier leder på Villa Utsikten, Kari Slåstuen

Alle maskene skal stilles ut på Villa Utsikten den 15. oktober.

- Vi oppfordrer også barn og voksne til å lage sine egne masker på egenhånd, og vi ser gjerne at de tar dem med hit den 15. oktober, sier folkehelsekoordinator i Lillehammer, Bengt Fjeldbraaten.

Under utstillingen vil blant annet noen av menneskene bak maskene, presentere sin maske og fortelle hvordan og hvorfor masken er blitt som den er blitt. Etter utstillingsåpningen på Villa Utsikten vil maskene flyttes til biblioteket.

Mental Helse Lillehammer/Øyer/Gausdal har planlagt flere arrangementer i de tre kommunene. Selve programmet vil Byavisa komme tilbake til i en senere utgave i oktober.

Kampanjeutformingen for Verdensdagen for psykisk helse gjøres i samarbeid med Helsedirektoratet. Det overordnede tema for Verdensdagen siden 2013, har vært «Inkludering og relasjoner». Slik blir det også i år. Årets tema er «Egenverdi og psykisk helse».