

「換個濾鏡看世界」 精神疾病去汙名化系列活動閃亮登場！

為讓民眾以更輕鬆的方式認識心理健康議題，南投縣政府衛生局推出「換個濾鏡看世界—精神疾病去汙名化」系列活動，邀請民眾透過參與活動重新認識精神疾病，破除「中邪」等刻板印象，學習以理解與接納的角度看待心理困擾。活動將於5月16日於集集鎮集元果觀光工廠辦理【山蕉巧克酥DIY】搶先開跑，後續5月23日於埔里鎮維格餅家埔境埔里門市【百香果鳳梨酥DIY】、5月30日於竹山鎮台西客運站大廳【彩繪竹杯DIY】，以及6月14日於草屯鎮臺灣工藝文化園區【柿汁刷染收納小袋DIY】陸續登場。各場次皆結合在地特色場域與手作體驗，每場次開放30位民眾預約參與，歡迎有興趣的民眾踴躍報名參加。

本次活動結合心理健康講座、療癒手作體驗及互動宣導攤位，將心理健康融入觀光工廠與生活場域，透過輕鬆互動的方式與民眾交流，讓心理健康更貼近日常生活。活動現場由專業人員分享精神疾病相關知識與常見迷思，協助民眾了解心理健康的重要性，並學習當自己或親友出現情緒困擾時可尋求的協助資源。南投縣政府衛生局表示，透過系列活動希望提升社會大眾對精神疾病的正確認識，破除「中邪」或「具有危險性」等刻板印象，鼓勵民眾以更開放與理解的態度看待心理健康議題，進而促進社會大眾對心理健康議題的理解與接納，共同營造更友善與包容的社區環境。

南投縣政府衛生局長陳南松提醒，精神疾病與其他疾病一樣，透過適當治療與支持系統皆能獲得改善，而社會的理解與接納更是協助患者穩定生活的重要力量。呼籲民眾以同理與關懷的態度看待精神疾病患者，當自己或身邊親友出現情緒困擾或心理壓力時，應及早尋求專業協助，包括1925安心專線、1995協助專線、1980張老師專線及男性關懷專線0800-013-999。南投縣政府為提供民眾安心求助的管道，於本縣13鄉鎮衛生所及3處社區心理衛生中心(南投區220-2662、竹山區263-1925及埔里區291-1925)提供免費心理諮商服務，諮商過程皆全程保密且受到法律與專業倫理的保護。衛生局也邀請民眾透過參與本次系列活動，一同認識心理健康與精神疾病相關議題。本次活動採預約報名制，每場次開放30名民眾參與，名額有限，報名可透過線上表單 <https://forms.gle/Hsxv8rFixpkLuPPy9> 或掃描活動QR Code完成報名。