



TIPS PÅ AKTIVITETER PURPLE DAY

VAD ÄR PURPLE DAY?

Purple Day arrangeras globalt varje år den 26 mars för att belysa och uppmärksamma epilepsi. Oavsett om du själv lever med epilepsi eller känner någon som gör det, hjälp till att öka medvetenheten om epilepsi genom att **bära lila denna dag!** Berätta gärna varför du bär lila, för ökad medvetenhet och kunskap kan hjälpa allmänheten att förstå vilka utmaningar de som lever med epilepsi kan ställas inför.

FÖRSLAG PÅ AKTIVITET KRING PURPLE DAY

- ✓ Dela och sprid information digitalt om Purple Day i sociala medier
- ✓ Sprid information fysiskt genom att t.ex. stå på torg, i sjukhusentréer eller på andra offentliga platser och informera, be biblioteket att ta fram böcker om epilepsi, be att få informera på ett café och dekorera med lila (lila ballonger finns att beställa hos kansliet)
- ✓ Arrangera en fika med lila tema i din lokalförening (blåbärsmuffins, lila smoothies, lila tulpaner etc.)
- ✓ Bär lila tröja, scarf, slips, mössa eller lila smycken/hårband.
- ✓ Gör en lila makeover genom att använda lila ögonskugga, läppstift, nagellack, hårfärg etc.
- ✓ Bär en lila tröja när du sportar
- ✓ Baka något lila, dekorera med lila strössel och sälj på någon offentlig plats
- ✓ Spela spel med kompisar där vinsten är något lila, pyssla med barnen på temat lila, skapa quiz om epilepsi och färgen lila
- ✓ Bidra med egna bilder till förbundets fototävling #purpledayepilepsi
- ✓ Organisera en tävling för att få dina kollegor att delta i Purple Day. Håll en affischmålartävling i skolan eller en lila kostymtävling på din arbetsplats. Den mest lila vinner!

