

Ob 10. oktobru, svetovnem dnevu duševnega zdravja,
vas vabimo na on-line strokovno srečanje



»Kaj lahko storimo

za boljšo psihično odpornost

v trenutnem svetu?«



Srečanje bo 14. oktobra 2021 ob 9.00.

Je duševno zdravje samoumnevna dobrina ali odgovornost vsakega posameznika in celotne družbe? Kako zmanjšati (pre)velike razlike v dostopnosti do storitev na področju duševnega zdravja? Kaj lahko vsak sam naredi za boljšo psihično odpornost? Kako se soočati z izzivi in poiskati vire moči znotraj samega sebe? Kako krepiti lastne kapacitete za dobro počutje in blagostanje?

Na strokovnem srečanju bomo skušali poiskati odgovore
na ta in podobna vprašanja ter hkrati osvetliti
pomembnost duševnega zdravja in dobrega počutja.

Vabljeni!

Udeležba na srečanju je **brezplačna**.

V teku je postopek pridobitve **licenčnih točk**
za zdravnike in medicinske sestre.

Na dogodek se je potrebno prijaviti preko povezave: <https://anketa.nijz.si/a/127682>

Prijave sprejemamo do 12.10.2021 oziroma do zasedbe prostih mest.



STROKOVNO SREČANJE

»Kaj lahko storimo za boljšo psihično odpornost v trenutnem svetu?«

Izvedba: **videokonferenčna** oblika izobraževanja

Organizator: **NIJZ, Območna enota Koper**

Datum: **14.10.2021**



8.45 – 9.00	Odprtje prijav na spletno povezavo
9.00 – 9.10	Umetniški uvod <i>dr. Tone Kregar, član skupine MI2, direktor Muzeja novejšje zgodovine Celje</i>
9:10 – 9.20	Pozdravni nagovor <i>Jožica Maučec Zakotnik, dr. med. spec., vodja Nacionalnega programa za duševno zdravje Mira</i>
9.20 – 10.15	Duševno zdravje ni cilj, temveč pot – intervju <i>prof. dr. Mojca Zvezdana Dernovšek, dr. med., spec. psihiatrije Aljoša Bagola, kreativni direktor, predavatelj in knjižni avtor mag. Ksenija Horvat, voditeljica</i>
10.15 – 10.35	Psihična odpornost v vsakdanjem življenju – izvedba tehnike Prizemljitev <i>mag. Alenka Tančič Grum, univ. dipl. psih., Nacionalni inštitut za javno zdravje</i>
10.35 – 11.00	Odmor
11.00 – 12.00	Duševno zdravje – samoumevna dobrina ali odgovornost vsakega posameznika? – izkustveno predavanje <i>mag. Katja Kozlovič in Nataša Bider Humar, spec. ZDT, zakonski in družinski terapevtki ter doktorski kandidatki na programu ZDT</i>
12.00 – 12.30	Krepitev socialnih in čustvenih veščin otrok in mladostnikov skozi preventivni program TO SEM JAZ <i>Domen Kralj, mag. psih., regijski koordinator za področje duševnega zdravja, NIJZ OE Celje</i>
12.30 – 12.40	Odmor
12.40 – 13.00	Program MIRA: Mreža centrov za duševno zdravje <i>Ana Stavber, univ. dipl. soc. del., regijska koordinatorica za področje duševnega zdravja, NIJZ OE Koper</i>
13.00 – 13.30	Predstavitve Centra za duševno zdravje otrok in mladostnikov Postojna <i>Irma Plevnik, dipl. defektologinja-logopedinja, CDZOM Postojna</i>
13.30 – 13.45	Zaključek srečanja