

Na głos o depresji

Drodzy Rodzice.

W okresie od 9 listopada do 30 grudnia 2020 roku Ośrodek Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Uzależnień w Inowrocławiu przeprowadził kampanię informacyjno – edukacyjną pod hasłem: "NA GŁOS O DEPRESJI".

W ramach tej kampanii w naszej szkole (innych też) młodzież na godzinach wychowawczych mogła porozmawiać na ten temat. Pretekstem do dyskusji były przesłane do szkoły materiały opracowane przez terapeutów ośrodka i nie tylko.

„Niekiedy trudno wyrazić słowami czym jest depresja i dlaczego codzienne życie osób chorych na depresję staje się dla nich tak dużym wyzwaniem.”

Pomyślałam, że temat ten właśnie teraz, jak nigdy dotąd jest bardzo aktualny. Borykamy się z epidemią grypy tak groźną, że sparaliżowała ona cały świat. Żyjemy w reżimie sanitarnym, zamknięci w domach, w izolacji od najbliższych, żyjemy już tak dłużej niż rok. To wszystko ma niestety wpływ na naszą psychikę. Zwłaszcza psychikę naszych dzieci. Zapraszam Państwa do zapoznania się z materiałami opracowanymi i przesłanymi z Ośrodka Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Uzależnień w Inowrocławiu.

filmiki na youtube:

DEPRESJA. Rozumiesz - pomagasz.

https://www.youtube.com/watch?v=PNHQO_GmZpU

LIVING WITH DEPRESSION

https://www.youtube.com/watch?v=EJ_S5Rjt_iI&feature=emb_logo

(NIE)WIDZIALNA NASTOLETNIA DEPRESJA

https://www.youtube.com/watch?v=_96_Ck_w_gw

Przesyłam też linki do opracowanych przez terapeutów Ośrodka materiałów dotyczących depresji.

<http://profilaktyka.inowroclaw.info.pl/?p=4603>

<http://profilaktyka.inowroclaw.info.pl/?p=4752>

<http://profilaktyka.inowroclaw.info.pl/?p=4639>

<http://profilaktyka.inowroclaw.info.pl/?p=4611>

Zapraszam, życzę zdrowia i pozdrawiam Danuta Pękała-Michalik