



A **Végeken Egészséglelektani Alapítvány**, az Európai Szövetség a Depresszió Ellen / EAAD / magyarországi képviselője 2017-ben, Szekszárd és térségében egy depresszió elleni programba kezdett. A program az **EFOP -1.3.5.16-2016-00572**sz. pályázat keretében kerül megvalósításra.

A program során, többek között – Szekszárd és környéke közép fokú tanintézményeiben, osztályfőnöki órák keretében – a fiatalok megismerkedhetnek a lelki egészség kérdéseivel. Eddig mintegy 300 középiskolás kapcsolódhatott be ebbe a folyamatba.

Találkozásainkon elsődleges célunk az, hogy a lelki egészség, a pszichés problémák, a pszichés betegségek ismerete hozzájáruljon az aktív pozitív mentálhigiéné 'gyakorlásához'. Megismerkedve a pszichés problémák jeleivel, az elemi segítségnyújtás lehetőségeivel, - saját problémáik kapcsán, és kortársi közösségük számára is - segítséget tudjanak adni és kapni. Hozzásegíti a fiatalokat saját életük és közösségeik életének jobb megértéséhez, önismerethez, készségeikben fejlődhetnek, s a saját-élmény révén magukban is gazdagodhatnak.

Ezekon a találkozásokon megfogalmazódott az igény kortárs-segítő képzés indítására – a lelki egészség és a kortárs-segítés témakörében, s hogy többet tudjanak a fiatalok a lelki egészség, a pszichés problémák, a depresszió természetéről s azt elemi segítségnyújtás tapasztalataiból, ismereteiből.

Ennek egy alkalma a most **2019. október hó 25/26-án a Szekszárdi Mentálhigiénés Műhely, mint házigazda szervezésében megvalósuló kétnapos rendezvény: az Európai Szövetség a Depresszió Ellen Kampányindító napja (október 25.-én pénteken délután) és a Magyar Mentálhigiénés Szövetség munkakonferenciája (október 26.-án szombaton). Témája: „A gyermek- és fiatalkori depresszió és öngyilkosság.”**

A program célcsoportjai a mentálhigiénében tevékenykedő önkéntes és hivatásos munkatársak, a közép fokú és felsőoktatási intézmények tanulói/ hallgatói, valamint a pedagógusok.

- „Fiatalként hogyan küzdjek meg a depresszióval?
- Mit tegyek, ha egy barátomnak van szüksége segítségre?
- Egyáltalán minek foglalkozzak ezzel, hiszen nincs nagy baja, csak szomorú mostanában...?!?
- Mi kell a túléléshez?”

2019. októbere

Mentálhigiénés Műhely - Szekszárd
Végeken Egészséglelektani Alapítvány

Magyar Mentálhigiénés Szövetség

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE