



Szanowni Państwo, organizatorzy bolesławieckich obchodów Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego zapraszają do wzięcia udziału w kolejnej edycji wydarzenia, którego hasłem przewodnim w 2021 roku jest: „**Zdrowie psychiczne w świecie nierówności**”.

**Termin spotkania: 13 października 2021 roku, godz. 10:00. Miejsce: sala Centrum Integracji Kulturalnej „Orzeł” przy ul. Chopina 17.**

Obchody odbędą się pod patronatem Prezydenta Miasta Bolesławiec, a współorganizatorami przedsięwzięcia są dwa bolesławieckie Środowiskowe Domy Samopomocy, Wojewódzki Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu oraz Bolesławiecki Ośrodek Kultury – Międzynarodowe Centrum Ceramiki.

Prelekcje inspirowane hasłem przewodnim dotkną zarazem aktualnych trudności rodziny i poszczególnych jej członków funkcjonujących w świecie zdominowanym przez pandemię COVID-19. Przyjrzymy się niektórym aspektom psychoterapii uzależnień oraz szansom i możliwościom (w szczególności tym lokalnym) uzyskania pomocy w dążeniu do podtrzymania lub odzyskania zdrowia psychicznego.

Do Państwa dyspozycji będą również tzw. pokoje wsparcia (III piętro w CiK „Orzeł”), gdzie w indywidualnej rozmowie z psychologiem lub psychoterapeutą będzie można nieodpłatnie skonsultować problem, uzyskać wiedzę o możliwościach jego rozwiązania oraz wzmocnić motywację do przeciwdziałania trudnościom.

Spotkanie jest przeznaczone dla rodziców, pracowników placówek oświaty i wychowania oraz dla pracowników pomocy społecznej, służb socjalnych, ale także dla innych osób poszukujących wsparcia lub konsultacji w problemie natury psychologicznej. Organizatorzy kierują zaproszenie także dla młodzieży reprezentującej samorządę uczniowskie.

Szczegółowy plan spotkania zawarty jest w przedstawionym niżej programie.

Dyżury specjalistów w „pokojach wsparcia” na terenie CiK „Orzeł” dostępne będą nieodpłatnie - jedynie w dniu spotkania - od godz.: 11:00 do 13:00. Obowiązuje kolejność przyścia na konsultacje !

Z uwagi na obowiązujące obostrzenia sanitarne ilość miejsc jest ograniczona. Zachęcamy do wcześniejszego zgłoszenia organizatorom chęci udziału – najpóźniej do dnia 12 października.

Kontakt do organizatorów:

1. I Środowiskowy Dom Samopomocy w Bolesławcu,

Al. Tysiąclecia 32D

Tel. 75 732 86 83

Mail: [sds1000@wp.pl](mailto:sds1000@wp.pl)

2. II Środowiskowy Dom Samopomocy

w Bolesławcu, ul. Parkowa 11

Tel. 75 644 76 08

Mail: [2sds@wp.pl](mailto:2sds@wp.pl)

## Program Bolesławieckich Obchodów

### Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego

13.10.2021r.

#### Temat: Zdrowie psychiczne w świecie nierówności

1. : 10:00-10:10      rozpoczęcie spotkania

2. : 10:15-10:35

Wprowadzenie w temat przewodni tegorocznego Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego: „Zdrowie psychiczne w świecie nierówności”- **Szymon Trzebuniak** – psycholog, psychoterapeuta

3. : 10:40-10:55

Prelekcja : ”Funkcjonowanie rodziny w dobie epidemii COVID – 19”- **Małgorzata Makowska** – psychoterapeuta

4. : 11:00-11:15

Prelekcja : ” Kontekst różnic indywidualnych wśród dzieci i młodzieży”- **Aleksandra Rzeźwicka** – psychoterapeuta

5. : 11:15-11:30

Możliwość zadania pytań prelegentom, dyskusja

6. : 11:35-11:45

Przerywnik artystyczny –fraszka „Szlachetne zdrowie” Jana Kochanowskiego w wykonaniu grupy teatralnej CiK Orzeł **Hallo Grupa** okraszona prezentacją muzyczną w wykonaniu **Leny Matyjewicz**.

7. : 11:50-12:20

Prelekcja : „Psychoterapia uzależnień – przyczyny nierównych szans na osiągnięcie zdrowia psychicznego” - **Krzysztof Witkowski** - Ekspert- Certyfikowany Specjalista Psychoterapii Uzależnień, Ekspert Wojewódzki ds. Narkotyków i Narkomanii Województwa Dolnośląskiego

8. : 12:20-12:40

Możliwość zadania pytań prelegentom, dyskusja

9. Godz.: 12:45            zakończenie spotkania wraz z krótką promocją informatora o dostępnej w Bolesławcu publicznej pomocy w kryzysie zdrowia psychicznego dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Zaproszenie na wystawę okolicznościową oraz poczęstunek.

## Działania towarzyszące:

- Pokoje wsparcia – dyżury specjalistów (psycholog, psychoterapeuta) w pokojach dostępnych w CiK „Orzeł” (III piętro) – nieodpłatne , dostępne w dniu 13.10.2021 r. od godz. 11:00 do 13:00 . Dodatkowo możliwe będą konsultacje w punktach przyjęć na terenie Wojewódzkiego Szpitala w ramach formuły „dni otwarte szpitala” - zgodnie z czasem pracy poszczególnych poradni i ośrodków.

- Wystawa twórczości uczestników bolesławieckich ośrodków wsparcia i oddziałów Wojewódzkiego Szpitala dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu dostępna w holu CiK „Orzeł” od 13.10.2021r.