

Светски дан менталног здравља-10. октобар 2022.

Светски дан менталног здравља представља најважнију годишњу глобалну кампању намењену подизању свести о значају менталног здравља. Обележава се на свим континентима и у готово свим земљама кроз локалне, регионалне и националне догађаје и програме. Ове године се обележава под слоганом „**Нека ментално здравље и добробит постану приоритет за све**“ и пружа прилику да се сви покрену ради заштите и побољшања менталног здравља.

Пре пандемије COVID-19 било је процењено да једна од осам особа у свету живи са менталним поремећајем. Пандемија је створила глобалну кризу за ментално здравље, а процене су показале да је пораст анксиозних и депресивних поремећаја износио више од 25% током прве године пандемије. У исто време, доступност услуга из области заштите менталног здравља је била угрожена.

Све је више примера да је очување и унапређење менталног здравља могуће коришћењем општих и циљаних интервенција заснованих на доказима. Велики значај има и побољшање социјалних детерминанти здравља (образовање, запослење, здравствено осигурање, услови за рад и становање итд.), али и смањење стигме и дискриминације особа које живе са поремећајима менталног здравља.

Потребно је креирати окружење у коме се ментално здравље поштује, чува и унапређује, где сви имају једнаке могућности да доживе ментално благостање, могу да остваре људска права и где свако може да добије здравствену заштиту која му је потребна.

На сам Светски дан менталног здравља биће организован **онлајн вебинар** на тему: „**Емоције- како их препознати и управљати њима?**“ у склопу низа активности које тим поводом **спроводи Градски завод за јавно здравље Београд у оквиру програма који је посвећен очувању и унапређењу менталног здравља и који се реализује уз подршку Града Београда, односно Секретаријата за здравство Управе града Београда. Информација о приступу вебинару биће благовремено објављена на насловној страни веб сајта Градског завода за јавно здравље Београд.**

Током вебинара имаћете прилике да сазнате о развоју емоција код деце, емоционалној регулацији код деце и адолесцената, код одраслих особа, али и код поремећаја личности, како разликовати здраве од патолошких емоција, како разумети ментално здравље у социјалном контексту итд.

У својству панелиста учествују: др Невенка Ковачевић, специјалиста социјалне медицине из Центра за промоцију здравља Градског завода за јавно здравље Београд, др Милутин Костић, психијатар Института за ментално здравље и клинички лекар на Медицинском факултету

Универзитета у Београду, један од аутора књиге "Одговорна употреба бензодијазепина", др Роберто Грујичић, специјализант дечје и адолесцентне психијатрије и докторанд Медицинског факултета Универзитета у Београду који ради у Клиници за децу и омладину, Снежана Мрвић, дипломирани психолог, едукант завршне године психоаналитичке психотерапије, специјализант медицинске психологије, ради у Клиничком одељењу за кризна стања и афективне поремећаје Института за ментално здравље и Ивана Луковњак, педагог Основне школе „Кнез Сима Марковић“ у Барајеву и психодрамски психотерапеут.