

DUŠEVNO ZDRAVJE ZA VSE

**Boljša naložba – boljša dostopnost.
Vsakomur, vsepovsod.**

Ob 10. oktobru, svetovnem dnevu duševnega zdravja, vas vabimo
na online strokovno srečanje, ki bo
v torek, 20. oktobra 2020, od 8.45 do 12.15 ure.



Pridružite se nam v ljubljanskem parku Tivoli, kjer bosta oče in hči, igralec in zdravnik Borut Veselko in psihologinja Katarina Veselko, v intervjuju spregovorila o prijaznosti in njenih blagodejnih učinkih na medosebne odnose. Psihologinja Aleksandra Meško bo v predavanju odstirala učinkovite načine za soočanje s strahovi. O pozitivnem vplivu telesne dejavnosti na duševno zdravje bo spregovorila fizioterapevtka Brigita Zupančič Tisovec. Med drevesi celjskega parka bosta izsledke aktualnih raziskav o duševnem zdravju v času izrednih razmer predstavili psihologinji Vanja Gomboc in Nina Krohne.

Vaši gostitelji bomo na Območni enoti Novo mesto Nacionalnega inštituta za javno zdravje. Čaka nas zanimivo virtualno druženje. Toplo vabljeni!

Udeležba na srečanju je brezplačna in je v postopku pridobitve licenčnih točk za zdravnike in medicinske sestre.

Na dogodek se je potrebno prijaviti preko povezave: <https://anketa.nijz.si/a/125717>

Prijave sprejemamo do 16. oktobra oziroma do zasedbe prostih mest.

PROGRAM STROKOVNEGA SREČANJA

Duševno zdravje za vse

Izvedba: videokonferenčna oblika izobraževanja

Organizator: NIJZ, OE Novo mesto

Datum: 20. 10. 2020

8.45 – 9.00	Odprtje prijav na spletno povezavo
9:00 – 9:15	Pozdravni nagovor <i>Jožica Maučec Zakotnik, dr. med. spec., vodja Nacionalnega programa za duševno zdravje</i>
9:15– 10:00	O prijaznosti – intervju <i>Borut Veselko, dr. med. in igralec ter Katarina Veselko, univ. dipl. psih. Ksenija Horvat, voditeljica</i>
10:00 – 10:45	Ravnanje s strahovi in paničnimi napadi – predavanje <i>Aleksandra Meško, univ. dipl. psih., specialistka klinične psihologije, kognitivno vedenjska terapevtka</i>
10:45 – 11:00	Odmor
11:00 – 11:30	Telesna dejavnost izboljšuje duševno zdravje – predavanje <i>Brigita Zupančič Tisovec, dipl. fiziot., spec., Nacionalni inštitut za javno zdravje OE Novo mesto</i>
11:30 – 12:00	Duševno zdravje v času rednih in izrednih razmer – predstavitev aktualnih raziskav <i>asist. Vanja Gomboc, mag. psih., Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora, Univerza na Primorskem</i> <i>asist. Nina Krohne, MSc, Kraljevina Nizozemska, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora, Univerza na Primorskem</i>
12:00 – 12:15	Zaključek srečanja
