

# To zdrowie też jest ważne!

Data publikacji: 18.10.2023 14:12

W miniony wtorek (17.10.2023) w ramach obchodów Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego około stu uczniów z sześciu cieszyńskich szkół ponadpodstawowych słuchało w sali sesyjnej w Starostwie Powiatowym o zdrowiu psychicznym, ale nie tylko.

*Spotkanie związane z ochroną zdrowia psychicznego, fot. mat.pras.*

17 października o godz. 11.00 w sali sesyjnej w Starostwie Powiatowym pojawili się młodzi zainteresowani tematyką ochrony zdrowia psychicznego. Młodzież przybyła wraz ze swoimi opiekunami - psychologami, pedagogami, wychowawcami, aby spędzić czas z uczestnikami projektów #ErasmusPlus, przedstawicielami Stowarzyszenia "Pomocna Dłoń Blisko Ciebie" oraz uczniami z Zespołu Szkół im. Wł. Szybińskiego w Cieszynie.

W spotkaniu wzięło udział ok. stu uczniów z sześciu cieszyńskich szkół ponadpodstawowych.

***- Zaproszenie do wzięcia udziału w spotkaniu podsumowującym projekty przyjęli również: Pani Janina Żagan - Wicestarosta Powiatu Cieszyńskiego, która otworzyła nasze spotkanie, Zastępca Burmistrza Miasta Cieszyna - Pan Krzysztof Kasztura, Zastępca Dyrektora ZPPP w Cieszynie - Pani Barbara Cieślak, Dyrektor ZS im. Wł. Szybińskiego w Cieszynie - Pani Iwona Bebek, Pani Anna Suchanek - Przewodnicząca Komisji Zdrowia i Pomocy Społecznej, Pani Beata Szymańska - Inspektor ds. Promocji Zdrowia przy Starostwie Powiatowym oraz Pan Petr Kantor - Prezes zarządu Fundacji LAJA, dzięki któremu nasze wyjazdy były możliwe*** – mówi Olga Białoń, Prezes Stowarzyszenia „Pomocna Dłoń Blisko Ciebie”.

Wiedzę o ochronie zdrowia uczniowie poszerzali nawet... w Hiszpanii:

***- Projekty, w których uczestniczyliśmy w czerwcu i wrześniu br. dotyczyły tematyki związanej z ochroną zdrowia psychicznego młodych ludzi, w tym uchodźców. W czasie prezentacji dzieliliśmy się wiedzą zdobytą podczas wykładów i warsztatów w Hiszpanii, m.in. czym jest stres i trauma, jak możemy sobie z nimi radzić, mówiliśmy o emocjach, pracy naszego mózgu, potrzebie właściwej komunikacji z innymi ludźmi, pozbawionej oceniania, krytyki, agresji, lekceważenia i mowy nienawiści, uważności na drugiego człowieka, doceniania różnorodności, potrzeby integracji i okazywania sobie wzajemnego szacunku*** – tłumaczy Olga Białoń.

Podczas spotkania prelekcję wygłosiła Joanna Nowińska - psycholog z Zespołu Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych w Cieszynie.

Red./mat.pras.