Image not found or type unknown

Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego – w trosce o najmłodszych

Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego, obchodzony corocznie **10 października**, to ważna okazja do zwiększania świadomości społecznej na temat zdrowia psychicznego oraz do promowania działań wspierających dobrostan psychiczny dzieci, młodzieży i dorosłych.
W ostatnich latach coraz częściej zwraca się uwagę na **narastające problemy emocjonalne wśród najmłodszych**. Tempo życia, presja szkolna, nadmierne korzystanie z mediów cyfrowych, a także niepewność i stres towarzyszące współczesnemu światu wpływają negatywnie na samopoczucie dzieci i nastolatków. Coraz więcej młodych osób doświadcza **objawów depresji, zaburzeń lękowych czy problemów z samooceną**.
Wczesne rozpoznanie i właściwe wsparcie mają kluczowe znaczenie – mogą **zapobiec pogłębianiu się problemów** i pomóc dziecku wrócić do równowagi emocjonalnej. Dlatego tak ważna jest **rozwaga, empatia i czujność dorosłych** – rodziców, nauczycieli, ale też lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej, którzy często są pierwszym punktem kontaktu dla młodego pacjenta i jego rodziny.
Z tej okazji zapraszamy Państwa na **bezpłatne szkolenie online**:
„Depresja i lęki u dzieci i młodzieży – rola lekarza pierwszego kontaktu w identyfikacji i wczesnym wsparciu”
Data: 10 października 2025 r.
Godzina: 18:00–20:00
Prowadząca: prof. dr hab. n. med. Barbara Remberk – psychiatra dziecięcy, Kierownik Kiliniki Psychiatrii Dzieci i Młodzieży Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie

Link do szkolenia: Depresja i lęki u dzieci i młodzieży – rola lekarza pierwszego kontaktu
Serdecznie zapraszamy wszystkich zainteresowanych do udziału w szkoleniu oraz do wspólnego zaangażowania w budowanie środowiska wspierającego zdrowie psychiczne najmłodszych.