

„Zdrowie dla wszystkich - dajemy nadzieję działając” pod takim hasłem w sali „Olimpia” Urzędu Miejskiego w Starachowicach odbyła się konferencja profilaktyczna, w której udział wzięli uczniowie szkół ponadpodstawowych. W spotkaniu udział wzięli eksperci zajmujący się na co dzień tematyką zdrowia psychicznego, psychoterapeuci oraz psychologowie.

Konferencja „Dajemy nadzieję działając” poświęcona była upowszechnianiu wiedzy na temat zdrowia psychicznego oraz zachowań zdrowotnych dzieci i młodzieży, poszerzeniu wiedzy uczestników na temat możliwości i form interwencji kryzysowej na poziomie szkoły, a także budowania przyjaznego środowiska wspierającego, w którym istotna jest dbałość o dobrostan uczniów.



Spotkanie otworzył oficjalnie Zastępca Prezydenta Miasta Marcin Gołębiowski.

- Droga młodzieży, doskonale wiem, że także szkoła może powodować stres. Każdy z Was zapewne denerwuje się przed kartkówką czy klasówką. To normalna kolej rzeczy. Każdy z nas to przechodził. Kolejnym etapem Waszej edukacji będą studia wyższe, a to oznacza, że tam też będzie dużo stresu. Ale właśnie takie spotkania jak

to dzisiejsze uczyć Was jak należy z nim walczyć i radzić sobie jak najlepiej. Nawet gdy przechodzą trudne chwile musicie wiedzieć jak i gdzie szukać niezbędnej pomocy. Pamiętajcie, że nie jesteście pozostawieni sami sobie. Zawsze możecie liczyć na pomoc. Tego typu wydarzenia w najlepszy sposób pokazują Wam metody radzenia sobie z trudnymi sytuacjami – powiedział do uczestników konferencji Marcin Gołębiowski, zastępca prezidenta.



Działania Sanepidu i Stowarzyszenia

Organizatorem poniedziałkowej konferencji był Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Starachowicach we współpracy ze Stowarzyszeniem Bezpieczny Powiat Starachowicki.

- Serdecznie witamy zaproszonych gości, przedstawiceli Urzędu Miejskiego i Starostwa Powiatowego, nauczycieli i młodzież ze starachowickich szkół ponadgimnazjalnych, którzy są otwarci na wszystkie nasze działania promujące zdrowie i zawsze chętnie w nich uczestniczą. Miło nam powitać również lokalne media, które towarzyszą nam w ważnych wydarzeniach dzięki czemu możemy

dotrzeć ze swoimi działaniami do szerokiego grona odbiorców. Państwa obecność i zaangażowanie są dla nas wielką radością i potwierdzeniem tego, że to co robimy jest ważne i potrzebne – mówili organizatorzy.



Partnerami działań starachowickiego Sanepidu przy organizacji obchodów Światowego Dnia Zdrowia w 2023 roku są: Świętokrzyskie Centrum Profilaktyki i Edukacji w Kielcach, Stowarzyszenie Pomocy Arka Noego ze Skarżyska Kamiennej, starachowicka Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna oraz Komenda Powiatowa Policji.



W konferencji udział wzięli wykładowcy, którzy w ten sposób wyrazili chęć wsparcia swoją wiedzą merytoryczną oraz aktywnie zaangażowali się w działania promujące wiedzę o zdrowiu psychicznym młodzieży.

- Kierujemy przesłanie do młodzieży „Dbajcie o siebie, dbajcie o swoje zdrowie psychiczne, umiejcie zadbać o swój stan psychiczny, dajcie sobie chwilę czasu, zatrzymajcie się, porozmawiajcie – powiedziała Ewa Drózdź, Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Starachowicach.



Konferencyjne wykłady

W programie konferencji znalazło się łącznie 5 wykładów. Konferencję rozpoczął Łukasz Niewczas – terapeuta Świętokrzyskiego Centrum Edukacji i Profilaktyki w Kielcach. Zaprezentował on wykład zatytułowany „Uzależnienia behawioralne dzieci i młodzieży”.



W kolejnym punkcie konferencji Marcin Rzeczkowski (psychoterapeuta, współtwórca Stowarzyszenia Pomocy Arka Noego) zaprezentował wykład „Jak skutecznie zadbać o równowagę emocjonalną”. Pani Halina Szary, kierownik Oddziału Nadzoru Sanitarnego PSSE Starachowice zaprezentowała wykład „Dieta na dobry nastrój”.

Z kolei pracownicy Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Starachowicach – Anna Michalska i Andrzej Charemski – przekazali uczestnikom spotkania wiedzę na temat roli poradni w profilaktyce ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.



Ostatnim akcentem wykładowym konferencji była prezentacja dotycząca zjawiska cyberprzemocy i zachowań suicydalnych. Wykład ten zaprezentował aspirant Sebastian Śpiewak oraz młodszy aspirant Paweł Kusiak z Komendy Powiatowej Policji w Starachowicach.

Historia WHO

„Zdrowie dla wszystkich” to nie tylko hasło tegorocznego Światowego Dnia Zdrowia, ale wizja przyświecająca od ponad siedemdziesięciu pięciu lat, działalności Światowej Organizacji Zdrowia (WHO).

W 1948 roku kraje z całego świata połączyły siły i założyły Światową Organizację Zdrowia, aby promować zdrowie, zapewniać światu bezpieczeństwo i służyć bezbronnym – aby każdy i wszędzie mógł osiągnąć najwyższy poziom zdrowia i dobrego samopoczucia.



7 kwietnia 2023 r. Światowa Organizacja Zdrowia będzie obchodzić 75. rocznicę swojego istnienia. Rocznicą ta jest okazją do spojrzenia wstecz na sukcesy osiągnięte w dziedzinie zdrowia publicznego, które poprawiły jakość życia w ciągu ostatnich siedmiu dekad.

Przez dziesięciolecia WHO zajmowała się kluczowymi wyzwaniami swojej misji: prowadziła wysiłkom na rzecz poprawy warunków społecznych, aby ludzie rodzili się, wzrastali, pracowali, żyli i starzeli się w dobrym zdrowiu. WHO odgrywa również kluczową rolę w globalnej promocji integracji płci i niepełnosprawności.

