

### **Marcin Gołbiowski – Zastępca Prezydenta Starachowic ds. Społecznych o projekcie „Eska – Razem przeciw depresji”**

#### **Na czym polega projekt „Eska – Razem przeciw depresji”?**

Projekt „Eska – Razem przeciw depresji” to ogólnopolska, edukacyjna kampania społeczna o zdrowiu psychicznym dzieci i młodzieży. Jest to nowatorskie przedsięwzięcie mające na celu poprawienie dobrostanu młodych ludzi, profilaktykę antydepresyjną oraz działania wspierające zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży. W projekcie wykorzystane są popularne Radio Eska i prezenterów radiowych (ambasadorów akcji), a także różne kanały docierania do młodych ludzi. Tematyka depresji jest omawiana w artykułach, podcastach oraz interaktywnym filmie, w którym – podczas oglądania – podejmujemy decyzje, od których zależy, jak potoczy się jego scenariusz. Jego bohaterką jest nastolatka Alicja, która mierzy się z różnymi problemami młodych ludzi. Film ma pobudzić wyobraźnię, sprowokować do rozmowy, nauczyć szukania i pokazywania konsekwencji podejmowanych decyzji.

#### **Dlaczego Gmina Starachowice zdecydowała się na udział w projekcie „Eska – Razem przeciw depresji”?**

Według danych co siódme dziecko na świecie zmaga się z problemami psychicznymi. W Polsce coraz więcej dzieci potrzebuje stałego wsparcia specjalistów. Mamy też coraz więcej sygnałów, że jest to też duży problem w Starachowicach. Różne sytuacje zgłaszają nam dyrektorzy szkół, pedagodzy i psycholodzy pracujący z dziećmi i młodzieżą. Depresja to coraz poważniejsze zjawisko będące przyczyną samobójstw, okaleczeń i niskiej samooceny. Czasem depresji towarzyszą poważne problemy związane nie tylko z samopoczuciem, ale również z zachowaniem. Mogą one powodować trudności w domu, szkole, a także w relacjach z rodziną i przyjaciółmi. Niektórzy młodzi ludzie wykazują tendencje do zachowań ryzykownych, takich jak używanie narkotyków i alkoholu, niewłaściwe stosunki seksualne, porzucenie szkoły. Depresja to choroba, która może dotknąć każdego z nas, ale skoro jest chorobą, to można ją leczyć. I to leczyć skutecznie. W trosce o zdrowie psychiczne i bezpieczeństwo naszych dzieci chcielibyśmy zaproponować wsparcie i pomoc przede wszystkim młodym ludziom, ale też ich rodzicom, opiekunom i nauczycielom. Udział Gminy Starachowice w

projekcie „Eska – Razem przeciw depresji” to narzędzie dostępne bezpłatnie dla wszystkich, którzy szukają takiego wsparcia.

### **Jak można skorzystać z oferty projektu „Eska – Razem przeciw depresji”?**

Na platformie projektu wchodzimy przez stronę internetową Urzędu Miasta – dostęp jest bezpłatny dla wszystkich, którzy potrzebują wiedzy w tym obszarze. Znajdujesz tam strony poświęcone projektowi „Eska – Razem przeciw depresji”, zawierające artykuły o zdrowiu psychicznym, w tym depresji, podcasty z udziałem psychologa i psychotraumatologa, interaktywny film dla młodzieży, a także informacje o miejscach, w których oferowane jest wsparcie.

Strona projektu znajduje się pod adresem:

[www.eska.pl/razemprzeciwdepresjieminastarachowice/](http://www.eska.pl/razemprzeciwdepresjieminastarachowice/)