



Projekt pro prevenci a podporu duševního zdraví ve školách pro mladé lidi od 15 let

MLUVME O DUŠEVNÍM ZDRAVÍ! TÝKÁ SE NÁŠ VŠECH.

- Dospívání je často bouřlivým, ale také rizikovým obdobím hledání vlastní identity – a zároveň v tomto věku propukají první příznaky duševních nemocí jako např. deprese, sebepoškozování, poruchy příjmu potravy, zneužívání návykových látek, schizofrenie
- Psychické onemocnění není vzácné! Podle WHO projde nějakou formou psychické krize nebo onemocněním, které vyžaduje odbornou pomoc, až 25 procent populace.

Projekt **BLÁZNÍŠ? NO A!** dodává mladým odvalu

- zabývat se komplexností lidského života
- přemýšlet a mluvit o sobě samém
- dozvědět se víc o psychickém zdraví
- zabývat se zdroji pro udržení zdraví nebo uzdravení
- chápat krizi i jako šanci a příležitost
- získat a mít kritický pohled na mediální obraz duševní nemoci
- vnímat předsudky, zkoumat je a lépe je chápat
- v mezilidských vztazích uplatňovat otevřenost, pochopení a toleranci
- učit se pro život

Jaký je jeden den s projektem **Blázníš? No a!**

Projekt se realizuje přímo ve škole a trvá jeden školní den, kdy studenty v jejich třídě navštíví náš projektový tým: „moderátor“ – odborník z oblasti péče o duševní zdraví a spolu s ním také 1 – 3 „experti ve vlastní zkušenosti“ – lidé, kteří překonali psychické onemocnění.

Interaktivní a kreativní formou se mladí lidé dozvídají nejen informace o duševní nemoci, ale mohou i zažít „normálnost“ u člověka označeného jako duševně nemocný a potvrdit si tak naději, že s onemocněním se dá spokojeně žít nebo se vyléčit.

Těšíme se na setkání s Vámi!