

## **Svetski dan mentalnog zdravlja - 10. oktobar 2021.**



Ovogodišnja kampanja povodom obeležavanja Svetskog dana mentalnog zdravlja organizuje se na inicijativu Svetske federacije za mentalno zdravlje, organizacije Ujedinjeni za globalno zdravlje i Svetske zdravstvene organizacije u partnerstvu sa ministarstvima zdravlja i organizacijama civilnog društva širom sveta.

Pandemija COVID-19, koja je pogodila milione ljudi širom sveta, ostavila je dugoročne posledice po mentalno zdravlje. Neke osobe, uključujući zdravstvene radnike, osobe koje žive same, osobe u izolaciji i karantinu, članovi porodica zaraženih osoba, kao i osobe sa već postojećim mentalnim poremećajima, bile su posebno pogođene tokom pandemije.

Tokom pandemije COVID-19 došlo je do značajnog narušavanja sistema pružanja usluga mentalnog zdravlja, što je za posledicu imalo primenu novih načina pružanja usluga – pre svega korišćenjem digitalnih tehnologija (usluga telemedicine) ili pak korišćenjem dežurnih telefonskih linija.

Pandemija COVID-19 uticala je takođe i nastaviće da utiče na osobe svih starosnih dobi, i to na mnogo načina: npr. putem proživljenog straha od zaražavanja, preživljenog gubitka bliskih članova porodice, stalnom strepnjom od gubitka posla, ili pak kroz osećaj usamljenosti zbog socijalne distance.

Ove godine, obeležavanje Svetskog dana mentalnog zdravlja, uz slogan: „Briga o mentalnom zdravlju: neka to postane stvarnost za sve” pružiće mogućnost, prvenstveno onlajn s obzirom na pandemiju COVID-19, da svi mi učinimo nešto konkretno kako bi očuvali mentalno zdravlje tokom pandemije.

Naime, kao pojedinci možemo preduzeti konkretne akcije u cilju očuvanja sopstvenog mentalnog zdravlja i pružanju podrške prijateljima i porodici, kao poslodavci možemo da preduzmemo korake ka uspostavljanju programa za opuštanje i relaksaciju za zaposlene, kao kreatori politika možemo da se obavežemo na povećanje kvaliteta usluga mentalnog zdravlja, kao lideri zemalja možemo da predstavimo inovativna rešenja i primere dobre prakse koji mogu poslužiti za inspiraciju drugima, i kao novinari možemo da promovišemo primere dobre prakse kako bi zaštita mentalnog zdravlja postala stvarnost za sve. .

Zavod za javno zdravlje organizovao je podelu zdravstveno vaspitnog materijala u prostorijama ustanove, 08.10.2021.god. . Na panou sa zdravstveno-promotivnim materijalom postavljani su zdravstveno vaspitni posteri „ Depresija,- hajde da razgovaramo „ , lifleti, „Sačuvajmo svoje mentalno zdravlje,, i „ Očekivano trajanje života „ , agitke , nalepnice i brošure „ Depresija „ i „ Očekivano trajanje života „ uz savete zdravstvenih radnika Centra za promociju zdravlja podeljeni su tokom akcije.

U Republici Srbiji je u cilju očuvanja mentalnog zdravlja u vreme pandemije COVID-19 otvorena Nacionalna telefonska linija za pružanje psihosocijalne podrške svim građanima kojima je potrebna. Telefon za psihosocijalnu pomoć građanima 0800 309 309 je besplatan i dostupan non-stop od 00 do 24 časa sa svih mobilnih i fiksnih mreža.

