



Szkolenie stacjonarne

Profilaktyka Depresji



Zagadnienia szkolenia

Depresja jest chorobą i należy do grupy zaburzeń afektywnych. Nie zawsze jest widoczna, ale nie oznacza to, że jej nie ma. Światowa Organizacja Zdrowia szacuje, że w 2030 roku depresja będzie najczęściej diagnozowaną chorobą na świecie. Webinar dotyczący profilaktyki depresji pomoże zrozumieć czym jest ta choroba i jakie są jej objawy, z jakimi trudnościami zmagają się osoby chore, a przede wszystkim jak i gdzie szukać pomocy, jeśli rozpoznasz jej objawy u siebie bądź u innych.

Cel

- ✓ Zdobycie podstawowej wiedzy na temat depresji i mechanizmów jej powstawania
- ✓ Zdobycie umiejętności rozpoznania objawów występowania depresji
- ✓ Poznanie czynników zmniejszających ryzyko powstawania depresji
- ✓ Zdobycie umiejętności identyfikowania ryzyka popełnienia samobójstwa przez osoby w naszym otoczeniu
- ✓ Zdobycie umiejętności rozmawiania z osobą chorą na depresję



Szkolenie stacjonarne

Profilaktyka Depresji

Program

1. Wstęp
2. Czym jest depresja?
3. Przyczyny depresji
4. Objawy depresji
5. Gdzie szukać pomocy?
6. Jak zmniejszyć ryzyko wystąpienia depresji?
7. Porady jak rozmawiać z osobą chorą

Informacje organizacyjne



Format
**Szkolenie
stacjonarne**



Liczba uczestników
30 osób



Czas trwania
1 ½ - 2 godziny



Metoda
Prezentacja



Zapisy i informacje
660 570 768

KONTAKT DO CENTRUM ZDROWIA PSYCHICZNEGO MINDHEALTH

 mindhealth.pl  **660 570 768**