

VABILO

na dogodke v okviru Tedna ozaveščanja o duševnem zdravju

∞ SPOZNAJMO ČUJEČNOST ∞

Vabimo vas na **predstavitvene delavnice**, ki jih organiziramo v sklopu **Tedna ozaveščanja o duševnem zdravju** (Mental Health Awareness Week), ki na temo **čuječnosti** letos poteka od 11. do 17. maja.

V zadnjem času se vse bolj prepoznava pomen čuječnosti za duševno zdravje. Ko se prvič srečamo s tem izrazom, se porajajo različna vprašanja. *»Kaj pomeni izraz čuječnost in kakšno zvezo ima z duševnim zdravjem? Ali je čuječnost nekaj, kar bi lahko bilo primerno zame? Kje lahko izvem več o čuječnosti? Kako sem lahko čuječ?«*

Na ta in druga vprašanja bomo skušali odgovoriti na srečanjih, ki jih z namenom ozaveščanja o vlogi čuječnosti v duševnem zdravju, organiziramo v treh krajih po Sloveniji:

- **Ljubljana:** ponedeljek, 11. maja 2015, ob 12.00 uri, v prostorih društva Altra na Zaloški cesti 40.
- **Izola:** torek, 12. maja 2015, ob 12.00 uri, v prostorih enote Ozara Slovenija na Kažipotni ulici 9.
- **Maribor:** sreda, 13. maja 2015, ob 12.00 uri, v prostorih Slovenskega združenja za duševno zdravje Šent na cesti Proletarskih brigad 61.

Čuječnost bodo predstavile psihologinje, zaposlene na Slovenskem centru za raziskovanje samomora, ki deluje na Inštitutu Andrej Marušič, Univerzi na Primorskem, dr. Vita Poštuvan, Urša Mars in Tina Podlogar.

Vstop prost.

Prijazno vabljeni!



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO