

О сохранении важного – психического здоровья

9 сентября в 14.00 ч. на Арбате г. Кызыла прошла акция «Я выбираю жизнь», приуроченная к Всемирному дню психического здоровья – 10 сентября. Наши психологи совместно с психиатрами приняли участие в профилактической акции для привлечения внимания на вопросы первичной профилактики и обязательного обеспечения психического благополучия населения, в том числе детского.

Организаторы и участники акции отметили, что в современном мире человек постоянно попадает в стрессовые ситуации. Огромный объем информации, поступающей в течение дня и нехватка времени на отдых накладывают свой отпечаток на самочувствие и психологическую устойчивость. При этом совершенно не играет роли, сколько человеку лет, где он проживает и учится или работает. В рамках акции проведен флешмоб с участием волонтеров. Всего акцией охвачено 60 человек, розданы 150 памяток и буклетов по сохранению психического здоровья и номеров Всероссийского детского телефона доверия – 8-800-2000-122.