

Prevence duševních obtíží: Práh jižní Morava spouští nový projekt pro žáky, studenty i rodiče

Brno, x. června 2024

Práh jižní Morava, z. ú. zahajuje nový projekt s názvem „Práh – prevence v oblasti duševního zdraví v Jihomoravském kraji“, který se zaměřuje na podporu duševního zdraví u žáků základních škol, studentů středních škol a jejich rodičů. Realizace projektu probíhá od 1. května 2024 do 31. června 2025, kdy ho finančně podporuje Jihomoravský kraj.

Cílem projektu je posílení prevence duševního zdraví, a to prostřednictvím tří typů specifických programů. Ty jsou zaměřeny na žáky 7., 8. a 9. tříd základních škol, studenty středních škol a rodiče dospívajících. Stane se tak ve vybraných regionech Jihomoravského kraje, včetně Brna, Brna venkova, Hodonínska, Znojemska a Břeclavska.

Programy prevence cílí na posílení čtyř oblastí, které jsou pro prevenci duševního zdraví u dospívajících klíčové. Které to jsou, přibližuje metodik programů a psycholog Mgr. Jiří Šupa, Ph.D.: “Zaprvé jde o péči o vlastní duševní zdraví, zadruhé o dovednost rozpoznat psychické potíže, a za třetí je třeba umět vyhledat odbornou pomoc, pokud člověk potřebuje podporu. Tyto tři oblasti jdou ruku v ruce se čtvrtou – snížením stigmatizace duševních obtíží. Bez destigmatizace bychom se totiž o duševních potížích vůbec nemohli bavit.”

Programy prevence, které organizuje Práh jižní Morava, povedou vyškolení preventisté. Ti budou dospívající programy provázet, moderovat řízené diskuze a řídit interaktivní aktivity. Nebudou na to ale sami. Lektorování programů se totiž zúčastní i lidé s vlastní zkušeností s duševními obtížemi. Ti dospívajícím přiblíží, jak se může člověk s duševními potížemi cítit, s čím se může potýkat, ale i to, že se může zotavit a žít naplněný život.

Na programy prevence pro žáky a studenty se Práh jižní Morava nezaměřil náhodou. Podpora duševního zdraví dětí a dospívajících je totiž klíčovou součástí [Národního akčního plánu pro duševní zdraví 2020-2030](#). Odborné studie ukazují, že většina duševních onemocnění se rozvíjí mezi 12. a 24. rokem života, přičemž včasná detekce a intervence jsou zásadní. Nedostatek odborného personálu a koordinace mezi pedopsychiatrií a školami činí prevenci v této oblasti obzvláště důležitou.

Kontakt pro média

Propagační oddělení

Mgr. Vít Kratochvíl

+420 603 352 348

vit.kratochvil@prahjm.cz

Práh jižní Morava, z. ú.

web: www.prahjm.cz

facebook: [@prahjiznimorava](https://www.facebook.com/prahjiznimorava)

instagram: [@prah_jizni_morava](https://www.instagram.com/prah_jizni_morava)

O organizaci Práh jižní Morava, z. ú.

Práh jižní Morava, z. ú. podporuje lidi s duševními obtížemi při začleňování se do běžného života v Jihomoravském kraji již více než 24 let. Provází je v základních životních oblastech, jako jsou získání a udržení práce, schopnost samostatně bydlet, pečovat o své zdraví i mezilidské vztahy, vzdělávat se a smysluplně trávit volný čas. Usiluje o to, aby se lidé mohli zotavovat ve vlastním prostředí mezi svými blízkými, čemuž napomáhá také prací v terénu.

Program prevence finančně podpořil Jihomoravský kraj.

jihomoravský kraj