

# ŚWIATOWY DZIEŃ WALKI Z DEPRESJĄ

23 lutego 2024r. obchodzimy Światowy Dzień Walki z Depresją. Celem tego dnia jest upowszechnianie wiedzy na temat depresji i zachęcenie chorych do leczenia.

Depresja u dzieci i młodzieży, podobnie jak u dorosłych, wiąże się z długotrwałym obniżeniem nastroju. W przeciwieństwie do osób dorosłych u młodych ludzi mogą nasilić się zachowania agresywne, destrukcyjne, autodestrukcyjne (na przykład samookaleczanie) i buntownicze, a także wzrasta drażliwość.

W ramach profilaktyki uniwersalnej Nasi uczniowie uczestniczyć będą w zajęciach "Porozmawiaj ze mną ... o depresji", w których wykorzystane zostaną karty pracy autorstwa E. Gnatowskiej.