# **„Miej to z głowy – jak dbać o kondycję psychiczną”**

**Małe dni zdrowia psychicznego - Konferencja dla nauczycieli z konsultacjami**

26.11.2018 r. Politechnika Koszalińska, godz. 11-15, aula 304H

**Z A P R O S Z E N I E**

Stowarzyszenie Czas Przestrzeń Tożsamość i Politechnika Koszalińska zapraszają nauczycieli i innych pracowników edukacji ze szkół i instytucji oświatowych z Koszalina i okolicznych powiatów na konferencję poświęconą zdrowiu psychicznemu w ramach Małych dni zdrowia psychicznego.

Ministerstwo Zdrowia wskazało nauczycieli jako jedną z grup zawodowych najbardziej zagrożonych zaburzeniami  zdrowia psychicznego. Stowarzyszenie na zlecenie Ministerstwa realizuje projekt "Miej to z głowy - Ocena kondycji psychicznej", którego głównym celem jest profilaktyka zdrowia psychicznego. O zdrowie psychiczne można i należy dbać co najmniej tak samo, jak o zdrowie fizyczne. Nie ma zdrowia bez zdrowia psychicznego.

 Konferencji towarzyszyć będą bezpłatne konsultacje dotyczące stresu, wypalenia zawodowego oraz warsztaty relaksacyjne.

*Zapraszamy serdecznie!*

Stowarzyszenie Czas Przestrzeń Tożsamość Aleksandra Bogusławska

ul. Lenartowicza 3-4 koordynator zachodniopomorski
71-445 Szczecin tel. 502 000 760
NIP 8512899835 e-mail: sekretariat@cpt.org.pl

Zadanie jest realizowane w ramach Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020

Cel operacyjny 3: Profilaktyka problemów zdrowia psychicznego i poprawa dobrostanu

psychicznego społeczeństwa