



## VABIMO VAS NA BREZPLAČNI SPLETNI DELAVNICI OMRA, KJER PRIZNANI STROKOVNJAKI IN STROKOVNJAKINJE NA RAZUMLJIV IN PRAKTIČEN NAČIN PREDSTAVLJAJO:

*Kako je stres povezan z duševnimi motnjami?*

*Zakaj se pojavijo težave v duševnem zdravju?*

**Kaj so motnje razpoloženja?**

*Kako učinkujejo antidepresivi?*

*Kako prepoznati težave v duševnem zdravju?*

*Kaj so osebnostne motnje?*

*Kam po pomoč?*

*H komu po pomoč v duševni stiski?*

*Kaj lahko naredi človek sam?*

*Kako so odnosi povezani z osebnostnimi motnjami?*

Delavnici bosta potekali v mesecu **OKTOBRU**:

- **STRES POVZROČA STISKE, OKREPITE SVOJE MOČI!:** 15.10. (trajanje: od 9.00 do 14.20)
- **ČUSTVENI VRTILJAK ODNOSOV: PREPOZNAJMO OSEBNOSTNE MOTNJE MED NAMI:** 22.10. (trajanje: od 9.00 do 14.25)

Da bosta delavnici v trenutnih okoliščinah nemoteno potekali, smo jih preselili na splet. Udeležite se jih lahko, ne da bi morali zapustiti udobje domačega naslanjača. Na delavnici se prijavite na spletni strani <http://www.omra.si>

*V delavnicah so dobrodošli vsi, ki se soočajo s težavami v duševnem zdravju, njihovi bližnji, pa tudi strokovni delavci ter predstavniki organizacij, ki se pri svojem delu srečujejo z osebami s težavami v duševnem zdravju, in nenazadnje vsi ostali, ki jih tematika duševnega zdravja zanima. Udeleženkam in udeležencem bomo po zaključeni delavnici po pošti posredovali potrdilo o udeležbi in promocijsko gradivo OMRA.*

Partnerji programa:



Sofinancer programa:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE