

Aktualności

„Otwórz się na pomoc” - Zwróćmy uwagę społeczeństwa na problem zdrowia psychicznego

11/05/2022, dodał: **Maciej Liberda**

Gmina Mszana Dolna przyłączyła się do interaktywnego programu profilaktycznego o zdrowiu psychicznym i uzależnieniach „Otwórz się na pomoc”.

Projekt ma za zadanie pomóc zmierzyć się z szeroko rozumianymi zagrożeniami, jakie niesie internet. Młode osoby nie tylko w łatwy sposób uzależniają się od internetu i urządzeń cyfrowych, ale także bardzo często doświadczają w świecie wirtualnym takich zjawisk jak hejt czy przemoc słowna. Pozbawione wsparcia dorośli mogą być również narażone na różnego rodzaju nadużycia i dostęp do szkodliwych treści. Często uzależnienie od internetu powoduje poważne problemy psychiczne i ma wpływ na życie całych rodzin.

„Otwórz się na pomoc” to, między innymi interaktywny film poświęcony problemowi uzależnienia dzieci od komputera i Internetu. Scenariusz filmu opracowany został we współpracy z doświadczoną psycholog dziecięcą i terapeutką Mają Pisarek. Zadaniem widzów jest pokierowanie losami Dominika – 12-letniego chłopca, który musi mierzyć się z własnymi słabościami i uzależnieniem od gier komputerowych. Podjęte przez widzów decyzje w trakcie filmu mają wpływ na przebieg fabuły. Jedne wybory przybliżają Dominika do rodziny, inne sprawiają, że coraz bardziej zatapia się w świecie cyfrowego uzależnienia. To, jak zakończy się ta historia, zależy więc tylko od widza.

W projekcie „Otwórz się na pomoc” przygotowana została także specjalna sekcja „Posłuchaj historii”, w której przedstawione zostały historie dzieci borykających się z problemami m.in. hejtu i przemocy w sieci, depresji, uzależnienia od alkoholu, a także część poświęcona problemowi zdrowia psychicznego rodziny.

Uzupełnieniem programu jest dodatek prasowy w papierowej formie zawierający zestaw opracowanych przez specjalistów zagadnień na temat depresji, poradnik – jak zadbać o zdrowie psychiczne, jak być dla siebie wyrozumiałym, jak nie bagatelizować problemów dziecka i inne, ciekawe tematy. Walorem dodatku prasowego jest również to, że zawiera on aktualną informację, gdzie na terenie Gminy Mszana Dolna można skorzystać z bezpłatnej konsultacji w związku z problemami takimi jak uzależnienia od substancji (alkohol, narkotyki, leki), uzależnienia behawioralne (od zachowań: np. hazard, pracoholizm, uzależnienie od komputera lub smartfona, zakupoholizm i inne) oraz uzyskać informację o miejscach profesjonalnej pomocy w przypadku uzależnień. Warto otwożyć się na pomoc, każdy na nią załuguje.

Bezpłatny dodatek prasowy „Otwórz się na pomoc” dostępny jest na terenie Urzędu Gminy Mszana Dolna i w innych miejscach publicznych na terenie gminy.

Na podstawie materiałów informacyjnych kampanii „Otwórz się na pomoc”

Harmonogram dyżurów w Punkcie konsultacyjnym - [pobierz](#)

opracowała Anna Petrycka

**"https://mszanadolna.naszemiasto.pl/gmina-mszana-dolna-otworz-sie-na-pomoc-alkoh
ol/re" style="border:0px #ffffff none;" name="myiFrame"
scrolling="no" frameborder="1" marginheight="0px"
marginwidth="0px" align="center" height="600px"
width="100%" allowfullscreen webkitallowfullscreen mozallowfullscreen>**