

Светски дан менталног здравља, 10. октобар 2021.

Овогодишња кампања поводом обележавања Светског дана менталног здравља организује се на иницијативу Светске федерације за ментално здравље, организације Уједињени за глобално здравље и Светске здравствене организације у партнерству са министарствима здравља и организацијама цивилног друштва широм света.

Пандемија COVID-19, која је погодила милионе људи широм света, оставила је дугорочне последице по ментално здравље. Неке особе, укључујући здравствене раднике, особе које живе саме, особе у изолацији и карантину, чланови породица заражених особа, као и особе са већ постојећим менталним поремећајима, биле су посебно погођене током пандемије.

Током пандемије COVID-19 дошло је до значајног нарушавања система пружања услуга менталног здравља, што је за последицу имало примену нових начина пружања услуга – пре свега коришћењем дигиталних технологија (услуга телемедицине) или пак коришћењем дежурних телефонских линија.

Ове године, обележавање Светског дана менталног здравља, уз слоган: „Брига о менталном здрављу: нека то постане стварност за све” пружиће могућност, првенствено онлајн с обзиром на пандемију COVID-19, да сви ми учинимо нешто конкретно како би очували ментално здравље током пандемије.

Наиме, као појединци можемо предузети конкретне акције у циљу очувања сопственог менталног здравља и пружању подршке пријатељима и породици, као послодавци можемо да предузмемо кораке ка успостављању програма за опуштање и релаксацију за запослене, као креатори политика можемо да се обавежемо на повећање квалитета услуга менталног здравља, као лидери земаља можемо да представимо иновативна решења и примере добре праксе који могу послужити за инспирацију другима, и као новинари можемо да промовишемо примере добре праксе како би заштита менталног здравља постала стварност за све.

У Републици Србији је у циљу очувања менталног здравља у време пандемије COVID-19 отворена Национална телефонска линија за пружање психосоцијалне подршке свим грађанима којима је потребна. Телефон за психосоцијалну помоћ грађанима 0800 309 309 је бесплатан и доступан нон-стоп од 00 до 24 часа са свих мобилних и фиксних мрежа.

Текст је преузет и адаптиран са сајта: <https://www.who.int/campaigns/world-mental-health-day/2021/about>