

IZJAVA ZA JAVNOST - ŠENT



(Ljubljana, oktober 2013) Svetovni dan duševnega zdravja beležimo že od leta 1992 in sicer na pobudo Svetovne federacije za duševno zdravje (World Federation for Mental Health - WFMH). Kampanja poteka vsako leto pod drugačnim geslom, njen cilj pa ostaja vedno enak - opozarjati širšo javnost o pomenu duševnega zdravja v družbi ter o vseh posledicah in razsežnostih tega problema. Letos je v ospredju duševno zdravje starejših.

Svetovna populacija se zaradi podaljševanja pričakovane življenjske dobe in manjše rodnosti čedalje bolj stara. Slovenija pri tem ni izjema, po podatkih IVZ-ja bo namreč v Sloveniji do leta 2060 tretjina prebivalstva starejša od 65 let. Naraščajoč problem pri starejši populaciji so tudi duševne motnje, zlasti demenca in depresija ter posledično samomorilno vedenje. Najpogostejša ovira, ki bistveno vpliva na pravočasno iskanje pomoči je strah, pričakovano nerazumevanje s strani drugih in predvsem predsodki ter stereotipi o duševnih motnjah. Še posebej pride to do izraza pri starejših, ki pogosto neradi poiščejo pomoč in tako duševne motnje v starosti velikokrat ostanejo prikrite in nezdravljene.

Zato bomo na ŠENT-u na ta dan pripravili vseslovensko akcijo, ki smo jo poimenovali

»Podiramo predsodke, spregovorimo!«

Akcija bo vsebovala podeljevanje zelenih pentelj, ki simbolizirajo duševno zdravje in skrb za preventivo ter keglanje na javnih površinah z namenom simboličnega podiranja predsodkov do duševnih motenj. Vsak kegelj bo namreč simboliziral enega od predsodkov ali stereotipov, ki najpogosteje spremljajo duševne motnje. Vsem udeležencem ali le naključno mimoidočim, bomo razdelili tudi informativne letake z miti in dejstvi o duševnih motnjah ter na tak način pripomogli k odpravljanju predsodkov in stereotipov, k informiranju širše javnosti in zavedanju, da je pravočasno iskanje pomoči ključnega pomena.

S to akcijo želimo opozoriti zlasti na to da:

1. duševne motnje ne izbirajo svojih žrtev, saj lahko doletijo vsakogar, ne glede na starost, izobrazbo, kulturo ali socialni status,
2. duševne motnje niso posledica šibkega značaja posameznika in se tudi ne morejo pozdraviti zgolj z močno voljo,
2. ljudje z duševnimi motnjami niso nič bolj nasilni ali nevarni kot drugi,
3. večina ljudi z duševnimi motnjami ob ustrezni podpori lahko živi doma ali v skupnosti in ni potrebno, da so zaprti v inštitucijah,
4. da depresija in demenca nista običajni del staranja, temveč duševni motnji in da je ključnega pomena pravočasno poiskati pomoč, da bi bilo zdravljenje oz. obvladovanje motnje lahko učinkovito,
5. ljudje z duševnimi motnjami, tako kot drugi, lahko opravljajo delo, v skladu s svojimi znanji, izkušnjami, ambicijami in sposobnostmi,

6. je podpora svojcev, prijateljev in širše skupnosti ključnega pomena pri okrevanju in obvladovanju duševne motnje.

Posebej želimo širšo slovensko javnost opozoriti na to, da težave v duševnem zdravju lahko prizadenejo vsakega izmed nas, ne glede na starost, izobrazbo, kulturo ali socialni status in da nikakor niso običajni del staranja! Čeprav se lahko posamezniki v starosti srečujejo z mnogimi telesnimi, socialnimi in drugimi izgubami in ovirami, to še ne pomeni, da tudi v tem obdobju ne morejo živeti kvalitetno. Depresija torej ni običajen del staranja, ampak duševna motnja s katero se sreča le določen del starostnikov. Podobno je z demenco, čeprav je bolezen starosti in se s starostjo tveganje za njen nastanek povečuje, pa prav tako, kot depresija, ni običajen del staranja, temveč duševna motnja. Četudi zaenkrat demenca še ni ozdravljiva, je zgodnje odkrivanje bolezni ključnega pomena pri zdravljenju, saj so v začetni fazi zdravila najbolj učinkovita in lajšajo posledice bolezni ter upočasnijo njeno napredovanje.

Pravočasno prepoznavanje je torej ključno za zdravljenje oz. obvladovanje in življenje z duševno motnjo v vseh obdobjih, tudi v starosti in naša skupna odgovornost je, da o duševnih motnjah govorimo na glas, brez predsodkov, da v primeru prepoznavanja težav pri sebi ali bližnjih, zlasti starejših, pravočasno poiščemo pomoč oz. jih spodbujamo, da to storijo sami.

V ŠENTGORU v Radovljici bomo v okviru Šentove vseslovenske akcije ob svetovnem dnevu duševnega zdravja, ki ga obeležujemo 10. oktobra in ki letos nosi naslov „PODIRAMO PREDSDODKE, SPREGOVORIMO“ v sodelovanju s prostovoljci in našimi uporabniki izvajali različne promocijske aktivnosti v lokalnih okoljih zgornje Gorenjske.

Naključno mimoidočim bomo na ulicah razdeljevali zelene pentlje, ki simbolizirajo duševno zdravje in skrb za preventivo. Pred stavbo ŠENTGORA Radovljica, Kranjska 3, bomo postavili promocijsko stojnico, kjer bo možno dobiti promocijske zgibanke o delovanju združenja in informativne letake z miti in dejstvi o duševnih motnjah. Le te bomo delili tudi v nekaterih srednjih šolah. Ves promocijski material bo dostopen tudi v knjižnicah. Na ta način bomo pripomogli k odpravljanju predsodkov in stereotipov, k informiranju širše javnosti in zavedanju, da, ko se zaznajo duševne težave, je pravočasno iskanje pomoči ključnega pomena. Občinam bomo posredovali informacijo o pomenu svetovnega dneva duševnega zdravja ter o naših aktivnostih z namenom objave preko njihovih spletnih strani.

VABLJENI VSI, DA SKUPAJ SPREMENIMO NAŠ VSAKDAN in se za en dan posvetimo drug drugemu in našemu duševnemu zdravju. Izrežite pentljo, ki jo pošiljamo in si jo v znak solidarnosti obesite na računalnik, torbico...ali kamorkoli, da bo vidna vsem ter se pridružite aktivnostim, ki jih pripravljamo.

Želimo, da bi informacija o naši akciji, preko vaših medijev dosegla čim večje število ljudi in se vam že vnaprej zahvaljujemo za pomoč.



Kontakt: Marija Zupanc, marija.zupanc@sent.si, 04 / 53 030 10