



Urząd Miejski w Rabce-Zdroju

<https://gmina.rabka.pl/main/aktualnosci/Konferencja-UPRZEDZ-DEPRESJE-2.0-w-Rabce-Zdroju/idn:9753/printpdf>

Drukuj grafikę : [tak](#) / [nie](#)

Aktualności

04 kwi 2025

kategoria:

Aktualności



Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0 w Rabce-Zdroju

We wtorek, 2 kwietnia, w sali Kina Śnieżka w Rabce-Zdroju odbyła się konferencja „Uprzedź depresję”, zorganizowana z okazji nadchodzącego Światowego Dnia Chorego Psychiczenie, który obchodzony jest 7 kwietnia. Wydarzenie przyciągnęło liczną grupę uczestników, w tym uczniów Zespołu Szkół w Rabce-Zdrój im. ks. prof. Józefa Tischnera, nauczycieli, rodziców oraz mieszkańców Rabki i okolicznych miejscowości.

W konferencji uczestniczył burmistrz Rabki-Zdrój Leszek Świder oraz dyrektor Podhalańskiego Szpitala Specjalistycznego im. Jana Pawła II w Nowym Targu – Marek Wierzba, który wyraził wsparcie dla działań na rzecz zdrowia psychicznego młodzieży i podkreślił, że szpital konsekwentnie rozwija opiekę psychiatryczną w regionie.

Inwestujemy w ludzi, w specjalistów, w programy profilaktyczne. Zdrowie psychiczne wymaga takiego samego traktowania jak zdrowie fizyczne – i to przesłanie staramy się codziennie realizować – mówił dyrektor.

Podczas konferencji odczytano także list od **rektor ANS dr Bianki Godlewskiej-Dzioboń**.

To wydarzenie jest szczególne – nie tylko z uwagi na wagę poruszanych tematów, ale także dlatego, że

powstało z inicjatywy Centrum Zdrowia Psychicznego w Nowym Targu, działającego w strukturach Podhalańskiego Szpitala Specjalistycznego im. Jana Pawła II. Fakt, że społeczność lokalna sama zwróciła się z potrzebą jego kontynuacji, jest dla nas wszystkich ważnym sygnałem: chcemy mówić o zdrowiu psychicznym, chcemy rozumieć lepiej, chcemy być razem – nie obok, ale blisko – napisała w liście **dr Biana Godlewska-Dzioboń**.

Jednym z głównych punktów programu był wykład **lekarza psychiatrii Agnieszki Basicz, kierownika CZP w Rabce-Zdroju**. W swojej prelekcji mówiła o rosnących potrzebach w zakresie opieki psychicznej dzieci i młodzieży oraz możliwościach, jakie oferuje funkcjonujące w Rabce Centrum.

W trakcie konferencji **psycholog mgr Patrycja Pawlicka-Gruszka** wygłosiła prelekcję pt. „Współpraca ku odzyskaniu zdrowia – psychoterapia w leczeniu depresji”, w której podkreśliła, jak istotną rolę odgrywa psychoterapia jako skuteczna forma wsparcia w procesie zdrowienia.

O profilaktyce zdrowia psychicznego mówiła **psycholog mgr Beata Bernatek**, która w swoim wystąpieniu podkreśliła, że depresja może dotknąć każdego, niezależnie od wieku, płci czy sytuacji życiowej.

Dlatego Centrum Zdrowia Psychicznego organizuje liczne spotkania i szkolenia, także dla młodzieży. Zdrowie psychiczne to nie tylko subiektywne poczucie dobrostanu, ale również umiejętność radzenia sobie z wyzwaniami żywymi – dodała.

Anna Wawrzyńczak, asystent zdrowienia opowiedziała o swojej osobistej walce z depresją oraz o tym, jak kryzys może stać się impulsem do pozytywnej zmiany.

Depresja może być krokiem do dalszego rozwoju, jeśli otrzymamy odpowiednie wsparcie – zaznaczyła.

Psycholog mgr Natalia Kroker w swoim wykładzie pt. „Czy rodzina musi się leczyć? O terapii systemowej w depresji nastolatków” zwróciła uwagę na konieczność objęcia terapią nie tylko dziecka, ale całej rodziny.

Rodzina dotknięta depresją zaczyna funkcjonować na wstrzymanym oddechu. Wiele osób oczekuje szybkiej diagnozy i usunięcia objawów, ale prawdziwe leczenie wymaga szerszego spojrzenia na funkcjonowanie całego systemu rodzinnego – mówiła.

W wykładzie pt. „(Nie)męska depresja” **dr n. med. Michał Winnicki** omówił problem rzadszego poszukiwania pomocy przez mężczyzn oraz sposoby wspierania tej grupy pacjentów.

Mężczyźni przodują w statystykach skutecznych prób samobójczych. Często wynika to ze stereotypów dotyczących „silnej płci”. Zgłoszenie się po pomoc bywa dla nich niezwykle trudne. Musimy przełamywać tabu i pokazywać, że poszukiwanie wsparcia to oznaka siły, a nie słabości – podkreślił.

Dr Wioletta Ławska zaprezentowała działalność Centrum Dostępności ANS w Nowym Targu w ramach wykładu pt. „Wsparcie psychologiczne w Centrum Dostępności ANS”.

Wydarzenie zorganizował Podhalański Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II w Nowym Targu we współpracy z Akademią Nauk Stosowanych w Nowym Targu.

Źródło: <https://www.pszs.eu/>

2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0

4 kwiecień 2025



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



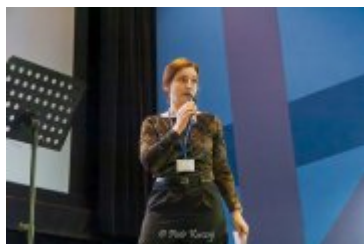
• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



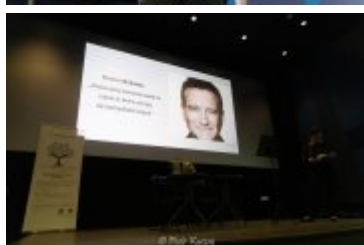
• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



• [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



- [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



- [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



- [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



- [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



- [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



- [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)



- [2025-04-02- Konferencja UPRZEDŹ DEPRESJĘ 2.0](#)

Redagował: Piotr Kuczaj

[poprzednia](#) [powrót do listy aktualności](#) [następna](#)