



Megelőzés témakörben szervez október 10-11-én, pénteken és szombaton előadásokat az Erdélyi Életvédők Egyesülete. A Gondúzó szálloda konferencia termében a kiégésről, a lelki egészség védelméről, a serdülők problémáiról, daganatos betegségekről beszélgethetnek udvarhelyi szakemberek az érdeklődőkkel.

A kiégés napjainkban nagyon sok embert veszélyeztet – főként a segítő munkát végző pszichológusokat, orvosokat, szociális munkásokat, pedagógusokat –, és mindenkit, aki emberekkel foglalkozik, így menedzsereket, vállalkozókat is – mondta **Telman Enikő** szervező az esemény kapcsán.

A környezetünkben számtalan negatív dolog történik, mindenkinek vannak problémái, amelyekkel így vagy úgy szembe kell néznie. Nem mindegy, hogyan teszi ezt. Az előadássorozattal arra szeretnénk felhívni a figyelmet, **hogyan lehet a gondokkal úgy együtt élni, hogy közben lelki egészségünk ne sérüljön** – tette hozzá a mentálhigiénés szakember.

Péntek délután öt órától pszichológus, családterapeuta, szociális munkás, pszichodráma asszisztens tart előadást többek közt a kiégés, a rákos betegek lelki támogatása, drog- és alkohol prevenció, szexuális felvilágosítás a serdülőknek, női önismeret témakörben.

Szombaton délelőtt pedig a felnőttek táncos-mozgásos, majd stresszlevezető, a gyerekek pedig fejlesztő foglalkozáson vehetnek részt. Ezt követően kihirdetik a szeptemberben meghirdetett Kedvenc mesém című rajzpályázat nyerteseit, és átadják a díjakat.

Program:

2014. október 10 (péntek): 17-20 óra között

I. A lelki egészség védelme – Telman Enikő tréner, szociális és mentálhigiénés

szakember, az egyesület elnöke

II. A kiégés lelki, fizikai tünetei és megelőzése– Dr. Várady István családorvos,

családterapeuta, mentálhigiénés szakember

III. A csoda bennünk van! – A székeljudvarhelyi daganatos betegek önszegítő

csoportjának a bemutatása – András Anna-Mária – a csoport vezetője

18,30 – 18,45 – Szünet

18,45 – 20,00 előadások:

I. Segítség serdülők! – Sándor István szociális munkás

II. – Női önismeret – Szalay Zsuzsanna pszichológus, pszichodráma asszisztens

2014. október 11 (szombat): 10-12 óra között

10 – 11,30 óra között

I. Fejlesztő gyerekfoglalkozás 5-12 éveseknek – Szabadi Kinga, pedagógus, mentálhigiénés szakember és Süketes Renáta-Etelka pszichológus, mentálhigiénés szakember vezetésével

II. „A mozgás benned van. Járd a saját táncodat” – mozgásos-táncos, stresszlevezető foglalkozás felnőtteknek Telman Enikő tréner, szociális és mentálhigiénés szakember és Bálint Piroska mozgásterapeuta-pedagógus, sport-rekreációs oktató vezetésével.

11, 30 – 12 óra között

A rajzpályázat nyerteseinek kihirdetése, nyeremények átadása.

Érdeklődni: 0740-655239 telefonszámon vagy az eletvedok@yahoo.com emailcímen.