

**Ledovec, z. s.**

Ledce 1, 330 14 Ledce

IČ: 26517051

Plzeň 21. září 2022

**Potřebujeme je všichni. Dny pro duševní zdraví 2022 v Plzni se blíží**

**Dny pro duševní zdraví v Plzni letos proběhnou od 10. 10. do 14. 10. 2022 v prostoru Moving Station na Jižním Předměstí. Kulturně-vzdělávací pásmo setkání profesionálů a široké veřejnosti, diskusí, koncertů, filmu i divadla informuje o nejrůznějších aspektech duševního zdraví, prevenci i konkrétních službách péče pro lidi s duševním onemocněním. Hlavním organizátorem je nezisková organizace Ledovec, veškerý program je zdarma.**

Dny pro duševní zdraví tradičně zahájí konference pro odborníky a profesionály v oboru na téma **Nové služby v oblasti duševního zdraví v Plzeňském kraji**. Veřejnost je zvána na akci **Poznej svého psychoterapeuta**, kde bude možné osobně se seznámit s cca dvaceti místními psychoterapeuty; na seminář spolku Toseví o tom, **Kdo je peer a co dělá?**; na besedu **Moje jméno není diagnóza** s lidmi, kteří mají sami zkušenost s duševní nemocí; na koncert skupiny **V3Ska** a **Už jsme doma...**, promítání filmu **Autoportrét** a divadelní inscenaci **Svatá hlava** (podrobný program v příloze).

*„O duševním zdraví se mluví čím dál víc a to je moc dobře. Dějí se události a nové fenomény, se kterými se musíme vypořádávat, ale někdy vůbec netušíme jak. Možná sám prožívám něco, co mě znepokojuje, nebo vnímám, že něco takového prožívá můj blízký, partner, dcera, kolegyně v práci..., a váhám, jak se k tomu mám postavit. Je dobré umět zavčasu poznat, že se v nás děje něco nestandardního, nebát se požádat o pomoc a vědět, kde si o ni mohu říct. Potřebujeme je všichni, dny, kdy se zamyslíme, co pro sebe a naše blízké můžeme v oblasti duševního zdraví udělat,“* říká Petr Moravec, ředitel Ledovce.

Dny pro duševní zdraví se pořádají každý rok v rámci celorepublikové destigmatizační kampaně Týdny pro duševní zdraví (<http://www.tdz.cz/>), jejichž primárním cílem je působit proti předsudkům ve společnosti vůči lidem s duševním onemocněním. Týdny se konají vždy kolem 10. října, Mezinárodního dne duševního zdraví.

Ledovec, z. s. je nezisková organizace, která vytváří prostředí, které pomáhá lidem zejména s duševním onemocněním na jejich cestě zotavení. Působí v Plzeňském kraji již od r. 2001 a je poskytovatelem služeb pro lidi s duševním onemocněním, primárně se zaměřuje na koncept zotavení/recovery. Provozuje Centrum duševního zdraví v Plzni a v Klatovech. Dále nabízí telefonickou krizovou pomoc, odborné sociální poradenství, sociální rehabilitace, chráněné bydlení nebo projekt sociálního cirkusu Pacirkus.



Mgr. Zuzana Lášková

PR Ledovce, z. s.  
T: +420 605 791 357

[www.ledovec.cz](http://www.ledovec.cz/)  
[www.facebook.com/Ledovec](http://www.facebook.com/Ledovec)