

Szanowni Państwo,

Powiat Pułtuski reprezentowany przez Zarząd Powiatu w Pułtusku realizator projektu pt. „Musimy się...” *Program profilaktyki i promocji zdrowia psychicznego u dzieci i młodzieży w powiecie pułtuskim*, w ramach Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014, organizuje pierwszą z trzech konferencji skierowaną do mieszkańców Powiatu Pułtuskiego.

Celem konferencji jest promocja projektu oraz Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014, a także wprowadzenie do problematyki dotyczącej profilaktyki zdrowia psychicznego.

Wymogi cywilizacji takie jak: szybkie tempo życia, konieczność ciągłych wyborów, brak czasu, wywiązywanie się z licznych obowiązków, nadążanie za nowinkami technologicznymi i ciągle bycie „na topie” obniża odporność psychiczną i niekorzystnie wpływa na nasz stan fizyczny powodując stan stresu. Nie jesteśmy w stanie całkowicie wyeliminować go z naszego życia, jednak powinniśmy podjąć próby zaadoptowania się do warunków w jakich musimy się z nim zmierzyć.

Sz szczególnie na skutki stresu narażone są dzieci i młodzież. W rękach dorosłych zarówno rodziców jak i nauczycieli jest dbanie o zapewnienie prawidłowych warunków do rozwoju psychicznego i fizycznego oraz przekazanie dzieci i młodzieży właściwych sposobów radzenia sobie z trudnościami. Dorośli poprzez własne działania dają wzorzec zdrowego trybu życia.

Konferencja odbędzie się 16 października 2015r. o godz. 10:00, w Sali Koncertowej Domu Polonii w Pułtusku, 06-100 Pułtusk, ul. Szkolna 11.

Serdecznie zapraszam do udziału w konferencji.

W imieniu Zarządu Powiatu Pułtuskiego

STAROSTA

Jan Zieliński