



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** Agnieszka Puzio-Dębska

---

## Konferencja o zdrowiu psychicznym dla młodzieży i dorosłych

Publikowane od  
28.05.2024 11:04:42



27 maja 2024 r. odbyła konferencja dla młodzieży i dorosłych „Zadbaj o zdrowie w swojej głowie”. Sala kina została wypełniona po brzegi chętnymi i bardzo

zainteresowanych tematem uczniami szkół ponadpodstawowych, pedagogami szkolnymi, psychologami, nauczycielami, rodzicami.

Konferencja została zorganizowana przez Stowarzyszenie „Stawiam na Siebie” w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii i została dofinansowana z budżetu Miasta Mława.

Czterech prelegentów poruszyło bardzo ważne problemy w którymi aktualnie borykają się młodzi ludzie - dlatego młodzież sięga po używki, jak rozpoznać sygnały myśli samobójczych, budowanie pewności siebie po wyjściu z uzależnienia oraz głos rodzica o jego roli w chorobie zaburzenia odżywiania. Na zakończenie o problemach natury psychicznej widzianych oczyma młodzieży wypowiedzieli się radni Młodzieżowej Rady Miasta Mława.

Pan Piotr Wlizło, pedagog, który od ponad 20 lat inicjuje wydarzenia o charakterze profilaktycznym opowiedział o zmaganiach z problemem zażywania substancji psychoaktywnych na terenie Żuromina, zwłaszcza o ostatnich informacjach o śmiertelnych ofiarach wśród mieszkańców po zażyciu fentanylu i zatrzymaniach dealerów przez policję. Zdaniem Pana Piotra przede wszystkim tylko systemowe działania powodujące zrozumienie źródła problemu, uświadomienie młodzieży drugiej strony nałogu mogą ukrócić proceder.

Pan Leszek Dowgiałło, profilaktyk, wykładowca akademicki, doradca, autor publikacji profilaktycznych w bezpośredni i bardzo kontaktowy sposób prowadził ożywiony wykład, czasami dyskusję z młodzieżą o relacjach rodzinnych, ważnym w ich wieku aktywnym kontakcie z rodzicami, zasadach kształtowania równowagi emocjonalnej w kontekście rozpoznawania sygnałów myśli samobójczych. Pan Leszek w sugestywny sposób przedstawił proces myśli suicydalnych, który świadczy o poważnym kryzysie, a wczesne wykrycie przyczyny, reagowanie na wysyłane sygnały może uratować potencjalnego samobójcę.

Pani Ilona Katarzyna Montana (z domu Felicjańska), była vice miss Polonia, autorka książek, opowiedziała o swojej drodze z uzależnieniem od alkoholu, publicznym przyznaniem się do nałogu oraz procesie budowania pewności siebie i walce o uzyskanie równowagi emocjonalnej.

Głosem rodzica było wystąpienie Pani Marii Koźlakiewicz, która w bardzo osobisty i ciekawy sposób przedstawiła rolę rodziców nastolatki - córki w diagnozie oraz

przejściu przez proces chorobowy zaburzenia odżywiania.

Konferencja odbyła się pod patronatem Burmistrza Miasta Mława, a uczestniczył w niej z







---

**Adres źródłowy:** <https://mlawa.pl/index.php/artukul/konferencja-o-zdrowiu-psychicznym-dla-mlodziezy-i-doroslych>