

SKIRK LAIK



**žvelk
ne!**

**SOYIHČISd
SVEIKATAI**

„Žvelk giliau“ siekia edukuoti ir ugdyti tolerantišką Lietuvos visuomenę, turinčią pakankamai žinių apie psichikos sveikatos svarbą ir problemas. Tai projektas, keičiantis nuostatas ir kuriantis teigiamą pokytį psichikos sveikatos srityje.



Misija

Didinti visuomenės **psichikos sveikatos raštingumą** ir **mažinti stigma** dėl psichikos sveikatos asmens, šeimos, bendruomenės, darbo ir valstybės aplinkose.



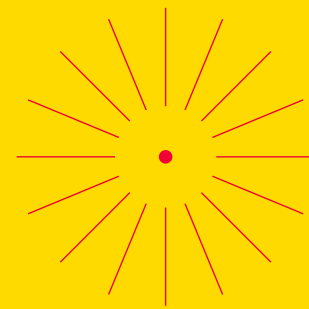
Vizija

Lietuva – tai valstybė, kurioje psichikos sveikata yra puoselėjama ir saugoma, skatinama ja rūpintis, o psichikos sveikatos sunkumų patiriantys asmenys yra lygiaverčiai visuomenės nariai.

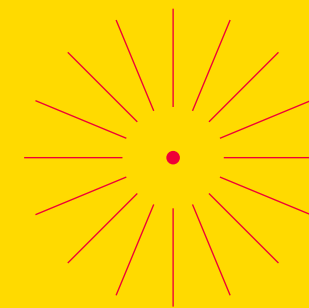
„ŽVELK GILIAU“ VEIKLOS SRITYS



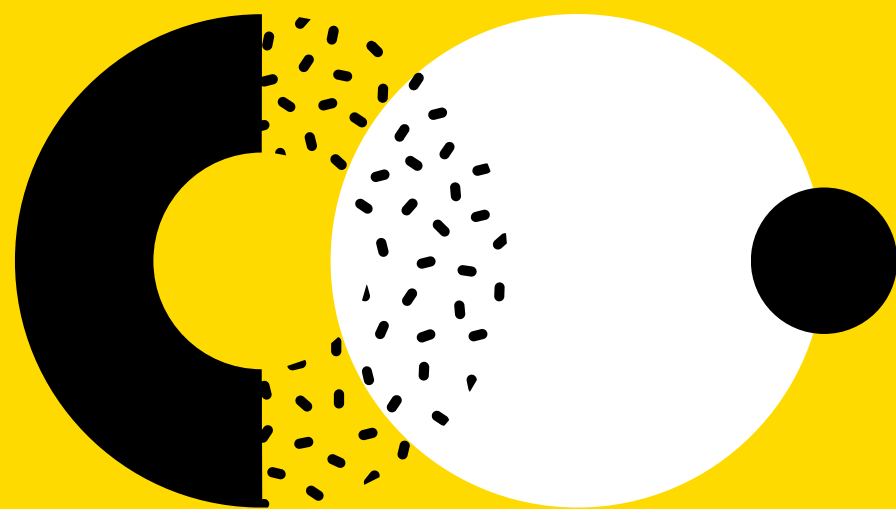
**Psichikos sveikatos
raštingumo
didinimas**



Stigmos mažinimas



Komunikacija



Psichikos sveikatos raštingumo didinimas

Raštingumas psichikos sveikatos srityje – tai tinkamos žinios ir teigiamos nuostatos apie psichikos sveikatą, jos rizikų bei sutrikimų prevencija, atpažinimas ir valdymas.

Padidinti raštingumą galima gaunant tinkamas ir specialistų patikrintas žinias per mokymus, mokslinius ir visuomenei skirtus straipsnius, savišvietą ir pan.



10 vitaminų tavo emocijoms - Žvelk giliau



Dovanos tavo emocijoms - Žvelk giliau

Psichikos sveikatos ambasadorių iniciatyva



Psichikos sveikatos ambasadorius – žmogus, kuris dalijasi savo patirtimi apie psichikos sveikatos sunkumus savo arba savo artimųjų gyvenime.

Šie žmonės siekia keisti kitų požiūrį į psichikos sveikatos sutrikimus, skatinti pozityvias nuostatas ir elgesį juos patiriančių žmonių bei jų artimųjų atžvilgiu.

Kalbėjimas apie psichikos sveikatos sunkumus įrodo, kad su jais susiduria įvairūs žmonės, nepaisant jų amžiaus, išsilavinimo ar statuso.

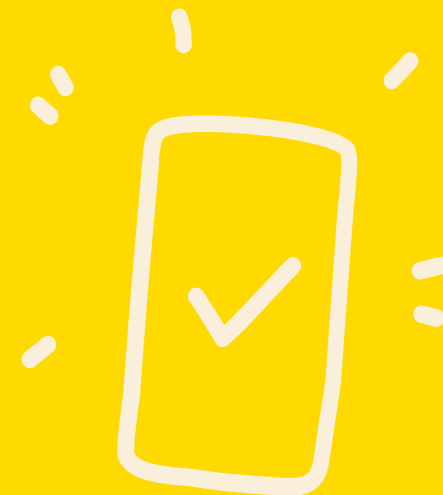
Ambasadorių koordinatoriai:



Organizuoja įvairaus pobūdžio teminius renginius, kuriuose dalijamasi ambasadorių asmenine patirtimi.



Dalijasi savo išgyventa patirtimi socialinių tinklų įrašuose, tinklalaidėse, tinklaraščiuose, atsako į kylančius klausimus.

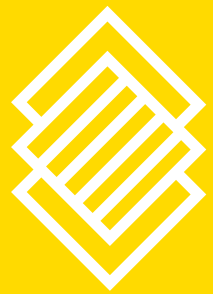


Inicijuoja nuotolinius susitikimus bei tiesiogines transliacijas socialiniuose tinkluose.



Dalyvauja radijo, pokalbių laidose, inicijuoja diskusijas mokyklose, universitetuose, darbovietėse ir privačiose erdvėse.

Ką galime kartu?



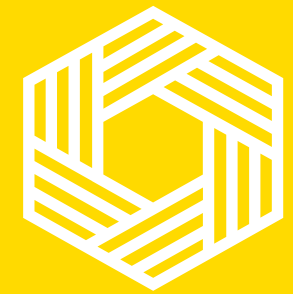
Pasikviesti PSAI
ambasadorių į
savo renginius



Informacinė
sklaida

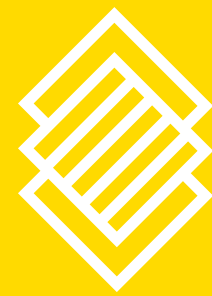


Resursai



Būti jūsų
renginių dalimi

Ką galime kartu?



Mokymai vietos
žiniasklaidos ir
komunikacijos
atstovams



Mokymai
savivaldybėje
veikiančių
įmonių/įstaigų
darbuotojams

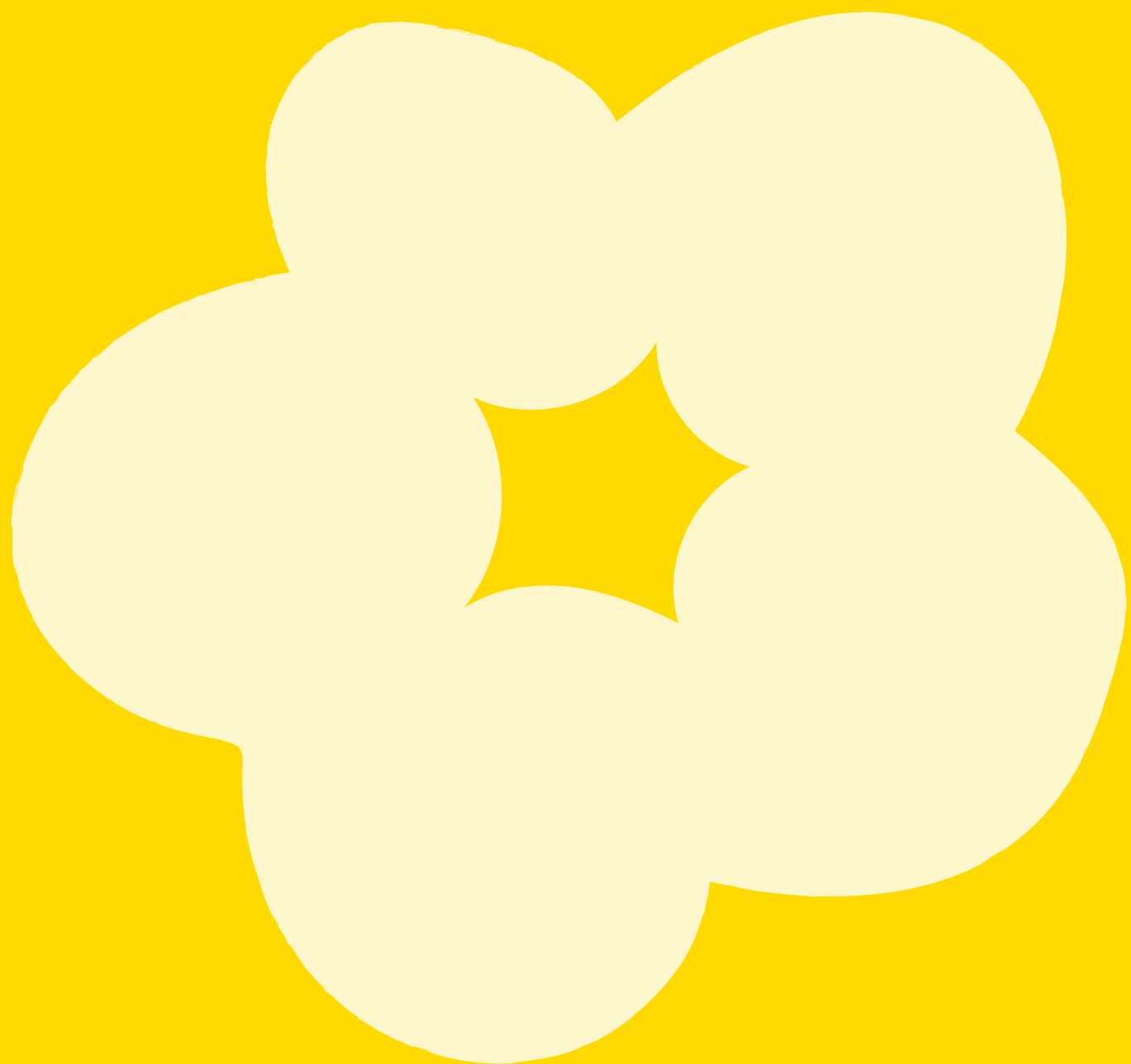
Užsisakykite naujienlaiškį



Norite tapti ambasadoriumi, sužinoti apie Žvelk giliau veiklas, rezultatus ar tiesiog domitės kaip Lietuvoje keičiamas psichikos sveikatos veidas – prenumeruokite Žvelk giliau naujienlaiškį!

El. pašto adresas

Užsakyti



Kontaktai:

Karolina Brazaitytė

Higienos instituto, Psichikos sveikatos centro Vyriausioji
specialistė komunikacijai su “Žvelk giliau”
karolina.brazaityte@hi.lt, +370 669 95974