

PODPORA PRI SPREJEMANJU Z DEPRESIJO

V Zdravstvenem domu Hrastnik bomo izvajali delavnico podpore pri sprejemanju depresije. Delavnica je namenjena ljudem z depresijo in njihovim svojcem.

Cilj delavnice je okrepiti veščine za lažje spoprijemanje z depresijo. Delavnica bo potekala v sejni sobi Zdravstvenega doma in sicer;

1. delavnica; **13.5.** ob 17h. »**Simptomi depresije-prepoznavanje, premagovanje, potek, razumevanje**«.
2. Delavnica; **20.5.** ob 17h. »**Premagovanje in zdravljenje depresije**«.
3. Delavnica; **27.5.** ob 17h. »**Vpliv misli na čustva, vedenje in telo**«.
4. Delavnica; **3.6.** ob 17h. »**Preprečevanje ponovitve**«.

ZDRAVSTVENO VZGOJNI CENTER
HRASTNIK

03/56-54-474 (zvc@zd-hrastnik.si ali

aleksandra.krajsic@zd-hrastnik.si)