



OGÓLNOPOLSKI DZIEŃ WALKI Z DEPRESJĄ

23 LUTEGO



To choroba, która może
dotknąć każdego z nas!

Przybiera różne maski.

DEPRESJA

Nie jest wymówką
dla niechcemisizmu!

Nie ma dla niej znaczenia
wiek, płeć, status
materialny i społeczny.



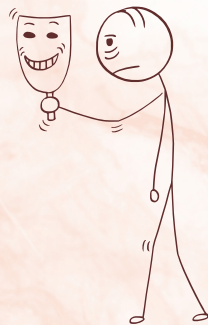
Często spotyka się
z niezrozumieniem społeczeństwa.

Przychodzi po cichu
i przez długo czas
pozostaje niezauważona!



DEPRESJA.

JAK JĄ MOŻNA ROZPOZNAĆ?



Jesteś dziecko jest
smutne przez większą
część dnia!



Nic dziecka nie cieszy.
Jest mu wszystko jedno!



Dziecko ma trudności
z zasypianiem w nocy lub jest
senne przez cały dzień !



Dziecko czuje się rozdrażnione!
Nawet drobnostki wyprowadzają
je z równowagi!



Dziecko nie może się skupić!
Ma problemy z pamięcią i nauką!

Dziecko czuje się gorszy od innych!



Dziecko odczuwa niepokój, lęk!



Dziecko ciągle jest zmęczone
Nie ma na nic siły!



Dziecku zmienił się apetyt – je niewiele,
lub prawie ciągle sięga
po coś do jedzenia!



KAŻDY MOŻE MIEĆ GORSZY DZIEŃ



Każdy z nas może mieć gorszy dzień.
Jeśli jednak takie dni zdarzają się coraz częściej, jeśli oprócz obniżonego nastroju obserwujesz inne objawy, to sygnał, że warto poprosić o pomoc.

Depresja to nie katar, sama nie minie, wymaga leczenia pod opieką specjalistów.

GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

Ośrodek Pomocy Społecznej w Krzykosach
porady z psychologiem
tel.: 61 28 515 35

Poradnia Specjalistyczna Ipsis
dr Barbara Barteczka- Eckert
ul. Piaski 8, 62-020 - Swarzędz
tel.: 536 426 436

W przypadku pytań lub wątpliwości proszę
o kontakt - chętnie pomogę.

Magdalena Kubicka

