

KOMUNIKAT NR 1

Konferencja naukowa

**Kiedy boli dusza i życie traci sens
– przełamywanie tabu:
wspólne działanie w walce z depresją
13-14 maja 2025 r.**

Depresja jest chorobą demokratyczną – może dotyczyć każdego, bez względu na wiek, płeć, status społeczny czy materialny. Jest także chorobą interdyscyplinarną, angażującą bezpośrednio i pośrednio lekarzy niemalże wszystkich specjalności.

Według szacunków Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) do 2030 roku depresja będzie najczęściej występującą chorobą na świecie.




Okolo 1,2 miliona Polaków już choruje na depresję...

**Państwowa Akademia Nauk Stosowanych im. ks. Bronisława Markiewicza
w Jarosławiu**

serdecznie zaprasza na wyjątkową Konferencję naukową.

To wydarzenie, które pomoże lepiej zrozumieć, jak rozpoznawać pierwsze symptomy choroby, jak skutecznie z nią walczyć oraz jakie stosować metody leczenia.

Depresja niestety nadal jest tematem, który w wielu środowiskach jest stygmatyzowany. Udział w konferencji przyczyni się do przełamywania stereotypów i zwiększenia świadomości na temat tej trudnej choroby, a dyskusja i wymiana doświadczeń umożliwi zmniejszenie poczucia wstydu i izolacji osób zmagających się z depresją.

-  **Kiedy?** 13-14 maja 2025 r.
-  **Gdzie?** BIBLIOTEKA PANS, ul. Czarnieckiego 16, 37-500 Jarosław
-  **Dla kogo?** dla młodzieży, studentów, nauczycieli, pedagogów, psychologów, terapeutów, lekarzy, specjalistów i wszystkich, którym zależy na zdrowiu psychicznym

Dlaczego warto wziąć udział w tym wydarzeniu?

Udział w konferencji „Kiedy boli dusza i życie traci sens – przełamywanie tabu: wspólne działanie w walce z depresją” to nie tylko okazja do zdobycia wiedzy, ale także do osobistego rozwoju, nawiązania wartościowych kontaktów i zaangażowania się w ważną społeczną inicjatywę. To szansa na przełamywanie tabu, budowanie świadomości i wspólne działanie na rzecz walki z depresją. To również wyraz zaangażowania w promowanie zdrowia psychicznego i walkę z depresją – bardzo ważny krok w kierunku budowania bardziej świadomego i empatycznego społeczeństwa.

**Udział w Konferencji jest BEZPŁATNY
W programie m.in.:**

DZIEŃ PIERWSZY – 13 maja 2025

9.30 – 10.00 Rejestracja uczestników (Hol Biblioteki PANS)

10.00 – 10.30 Uroczyste otwarcie (Aula Czerwona)

Wystąpienia organizatorów i zaproszonych gości
Występ Chóru Akademickiego „Appassionato”

10.30-12.00 SESJA PLENARNA (Aula Czerwona)

Badania nad depresją: najnowsze odkrycia.
Edukacja i budowanie świadomości społecznej

12.00–12.15 Dyskusja

12.15 – 12.30 Przerwa kawowa

12.30-13.30 I SESJA REFERATOWA (Aula Czerwona)

Holistyczne podejście w praktyce klinicznej

13.30–14.00 Przerwa obiadowa

14.00-15.30 PANEL DYSKUSYJNY

KIEDY BOLI DUSZA I ŻYCIE TRACI SENS

– PRZEŁAMYWANIE TABU:

WSPÓLNE DZIAŁANIE W WALCE Z DEPRESJĄ

(Aula Czerwona)

15.45-16.15 WARSZTATY PSYCHOLOGICZNE

- 1. Komunikacja terapeutyczna w pracy z osobami z depresją: umiejętności i techniki dla przyszłych psychologów**
- 2. Dysregulacja emocji jako czynnik ryzyka zachowań autodestrukcyjnych (jeden do wyboru)**

DZIEŃ DRUGI – 14 maja 2025

9.00 – 10.30 II SESJA REFERATOWA (AULA NIEBIESKA)
Zachowania suicydalne jako możliwe konsekwencje depresji

10.30-10.45 Dyskusja

10.45–11.00 Przerwa kawowa

11.00–12.30 III SESJA REFERATOWA (AULA CZERWONA)
Wyzwania dla polityki zdrowotnej i współpraca międzysektorowa

12.30-12.45 Dyskusja

12.45–14.15 SEKCJA IV (SALA NR MCDF2 – BIBLIOTEKA PARTER)
Problematyka depresji w projektach studenckich – postery

14.15-14.30 Dyskusja

14.30–15.00 Przerwa obiadowa

15.00-16.30 WARSZTATY PSYCHOLOGICZNE

1. Jak dbać o zdrowie psychiczne

**2. Sposoby na szczęście – co robić i jeść , żeby wzmocnić zdrowie psychiczne
i pomagać w walce z depresją**

(jeden do wyboru)

16.30 Podsumowanie i zakończenie konferencji

**Prosimy o wcześniejsze przybycie, celem odebrania swojego identyfikatora,
a także zachęcamy, by czas ten posłużył do nawiązania nowych kontaktów,
znajomości i wymiany doświadczeń.**

Każdy zarejestrowany uczestnik otrzyma
certyfikat (czynny/bierny) udziału w konferencji
oraz

certyfikat udziału w warsztacie, w przypadku rejestracji na warsztat
([link https://forms.gle/6ANFn2HdWm4srn6P9](https://forms.gle/6ANFn2HdWm4srn6P9))

W OCZEKIWANIU NA SPOTKANIE...

Przewodnicząca Komitetu Naukowego
dr Beata Rejman

Przewodnicząca Komitetu Organizacyjnego
dr Magdalena Leżucha