

Tisková zpráva
k celorepublikové kampani TÝDNY PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

„Duševní zdraví je jako křehká, vzácná nádoba. Když nebudeme dělat nic, obalí se prachem a ztratí lesk.“

„Lenka se až do svých 29 let protloukala životem, jak se dalo. S matkou alkoholičkou bydlela střídavě na ubytovně a na ulici, matka ani Lenka neměly práci. Lence chybělo zázemí, nepodařilo se jí dokončit středoškolské vzdělání a z důvodu exekucí obtížně hledala zaměstnavatele. Kontakt na Lenku jsme získali v polovině loňského roku v psychiatrické nemocnici, kde byla Lenka hospitalizována s těžkou depresí. Lenka hovořila o tom, že nevidí žádné východisko ze své složité životní situace. Neměla se kam vrátit. Nikdy nepoznala domov. Za jeden rok se nám podařilo vrátit Lenku zpět do života. Sociální služba podpora samostatného bydlení podpořila Lenku v oblasti bydlení, pomohla Lence najít práci a připravila Lenku k přijímacímu pohovoru ke studiu na večerní škole. Lenčin zdravotní stav se hodně zlepšil, avšak šrámy na duši bolí neustále. V současné době má Lenka práci, přátele, koníčky i domov.“

Kampaň Týdny pro duševní zdraví je připomínkou, že duševní zdraví není samozřejmost. Nedá se koupit ani vyměnit. Nesvědčí mu hazard ani nic nedělání. Ideální je vyvážený rodinný život s prací a koníčky. Avšak ani aktivní, spokojený život nemusí být vždy zárukou, že nemoc nepřijde. V životě musíme čelit situacím, na které se nelze dopředu připravit. Důkladně naše duševní zdraví prověřila nedávná koronavirová krize. Mnozí lidé zůstali ze dne na den v sociální izolaci. Přísná vládní nařízení omezila práci, výuku, společenský život, volnočasové aktivity, sportování, nakupování, cestování i volný pohyb. Někteří lidé přišli o práci a někteří skončili na ulici. Mnozí lidé ztratili své blízké bez možnosti posledního rozloučení. Duševní zdraví je v těchto situacích příliš křehké a záleží na každém z nás, jak se dokáže vyrovnat s nepřízní života. Podle výzkumů Národního ústavu duševního zdraví téměř každý pátý obyvatel Česka prožije nějaké duševní onemocnění. Čtyři procenta zažijí závažnou depresi, sedm procent prožívá úzkosti. Většina lidí s duševním onemocněním se přitom neléčí. Tato celorepubliková kampaň, v Ostravě nese název *Ostravské týdny pro duševní zdraví*, veřejnosti napovídá, že existuje cesta, jak vyjít z bludného kruhu. Bojuje proti obavám z odsouzení a napomáhá vyhledání odborné pomoci. Místo stigmatizace nabízí podporu a pochopení. Podanou rukou lidem se zkušeností s nemocí duše je festival, který každoročně pořádáme společně s naší skupinou „Občané s duševním onemocněním a psychosociálními obtížemi“ Komunitního plánování sociálních služeb Ostrava. Tak trochu jiný festival **CRAZY FEST** uskutečníme dne 3. září 2021 v AMFI DK Poklad v Ostravě – Porubě. Veřejnost se tak může těšit na kreativní workshopy, výstavku umělecké tvorby lidí s duševním onemocněním, kapely Sto zvířat, Zrní, Květy a Kofe-in. Jako předkapela vystoupí hudební seskupení **TŘESK**, které je složeno z velké části z hudebníků, kteří mají vlastní zkušenost s duševní nemocí. Věříme, že veřejnost přijme naši podanou ruku a podpoří naši snahu dělat svět lepším místem pro život bez predsudků vůči lidem s odlišností!

Přejeme hodně duševního zdraví!!!

V Ostravě dne 25.08.2021

Za poskytovatele sociálních služeb lidem s duševním onemocněním

Jaroslava Saidlová, ředitelka MENS SANA, z.ú.

Záštitu nad kampaní převzal náměstek hejtmana pan Mgr. Lukáš Curylo a náměstek primátora pan Ing. Zbyněk Pražák, PhD. **CRAZY FEST** zahájí pan PhDr. Lubomír Zaozálek, ministr kultury. Informace o akcích kampaně naleznete na webových stránkách www.kpostrava.cz, www.crazyfest.cz a www.menssana.cz.

Kampaň Ostravské Týdny pro duševní zdraví se koná za finanční podpory statutárního města Ostrava a Moravskoslezského kraje.