

**EU-PROMENS Mental Health Exchange Programme**

Mulțumesc ISJ Tulcea pentru șansa pe care o oferă profesorilor, de a participa la stagii de formare organizate cu finanțarea Uniunii Europene. Pornind de la o astfel de informare, primită în cursul lunii august 2024, am avut ocazia să descopăr un curs foarte atractiv, organizat în cadrul proiectului EU-PROMENS.

Am aplicat pentru participarea la acest program gândindu-mă la faptul că îmi va fi util, deoarece subiectul sănătății mintale este unul prea puțin abordat, deși numărul persoanelor afectate, indiferent de vârstă, este în creștere la nivel european. În luna octombrie 2024 am primit vestea acceptării candidaturii, deci urma să particip, alături de alte 24 de persoane selectate, la cea de a doua vizită de studiu, organizată la Praga, în intervalul 26.01.2025-08.02.2025.

Participarea a reprezentat o provocare, deoarece cursul s-a desfășurat în limba engleză și a cuprins teme de psihologie, educație și psihiatrie, având ca element central sănătatea mintală.

Pe parcursul celor două săptămâni, am beneficiat de numeroase cursuri teoretice, susținute de lectori de la Institutul Național de Sănătate Mintală din Praga. Printre temele parcurse, pot aminti: strategii de reducere a stigmatizării pacienților psihiatrici, strategii de prevenire a comportamentelor sexuale deviante sau strategii de sprijinire a emigranților din Ucraina.

De asemenea, am beneficiat de prezentarea oferită de un peer worker (angajat care sprijină social și emoțional bolnavii, pornind de la propria lui experiență cu boala) diagnosticat cu schizofrenie, ce ne-a oferit o altă perspectivă asupra dificultăților pe care le au de depășit acești pacienți.

Pe lângă pregătirea teoretică am beneficiat și de pregătire practică, pe parcursul a trei zile, prin intermediul unor activități de job shadowing, atât în Praga, la Institutul Național de Sănătate Mintală cât și la Pilsen unde am vizitat un ONG specializat în sprijinirea persoanelor aflate în dificultate, un spital de psihiatrie, cât și un centru social pentru persoane cu adicții.

Am învățat despre strategiile de descentralizare utilizate de Ministerul Sănătății din Cehia pentru pacienții psihiatrici, dar și despre metodele de screening utilizate pentru depistarea precoce a acestor afecțiuni. De asemenea, în cadrul vizitei realizate la Asociația NEVIPUST DUSI din Praga, am învățat despre metodele de instruire a profesorilor cu privire la problemele psihiatrice ale elevilor, cât și despre metode de evitare a fenomenului de burnout.

**Prof. Radion Narcisa-Ioana**  
**Liceul Teoretic "Ion Creangă" Tulcea**

