

Uzależnienia dzieci i młodzieży tematem kolejnego spotkania w ramach kampanii zdrowotnej

Czym jest uzależnienie, jak do niego nie dopuścić i jak sobie z nim radzić - to główne zagadnienia poniedziałkowego (10.02) spotkania z cyklu „Promocja zdrowego stylu życia w prewencji chorób cywilizacyjnych”, zorganizowanego przez Podlaską Radę Działalności Pożytku Publicznego. Konferencję otworzyła Wiesława Burnos, członek zarządu województwa.

- Zrozumienie, szacunek, bliskość, poświęcony czas to wartości i potrzeby, których brakuje mam dorosłym, a to przekłada się na braki w potrzebach młodych ludzi. Konferencja była okazją do bliższego poznania świata młodzieży - z czym się mierzą, jakie mają trudności i przede wszystkim, jak im mądrze w tym wszystkim towarzyszyć - mówiła w rozmowie z Wrotami Podlasia marszałek Burnos.

Wykład dotyczący uzależnienia dzieci i młodzieży od telefonów, internetu i mediów społecznościowych oraz konsekwencji z tego wynikających poprowadziła Joanna Szmurło, Dyrektor Ośrodka Revenu i Specjalista Terapii Uzależnień. Jak podkreśliła terapeutka, wiele problemów zaczyna się w okresie dojrzewania dziecka.

- Zamiast pytać, skąd się biorą uzależnienia, powinniśmy dociekać, skąd się wziął ból, który je wywołał - mówiła. Zaznaczyła także, że podstawowym zadaniem dorosłych jest dbałość o relacje z dziećmi, o rozmowę, wspólne spędzanie czasu.

Spotkanie zakończyły wspólne ćwiczenia fizyczne, zaprezentowane przez Marka Sewastianika, specjalistę ds. fizjoterapii.

Kampania "Promocja zdrowego stylu życia w prewencji chorób cywilizacyjnych" ma przyczynić się do promowania zdrowego stylu życia wśród mieszkańców województwa podlaskiego. Twarzą akcji, rozpoczętej 20 listopada ub. r., jest Wiesława Burnos. Kolejne spotkanie odbędzie się 10 marca i będzie dotyczyło tematyki uzależnień; tym razem adresatami będzie młodzież szkół średnich. Prelekcje odbywają się w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Podlaskiego przy ul. Wyszyńskiego 1 w Białymstoku sali nr 115.

[aa/ms/red.mp](#)

