ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO "SVETI ROK" VIROVITIČKO - PODRAVSKE ŽUPANIJE

Djelatnost

za prevenciju i izvanbolnično liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja

Godišnjak za 2021. godinu

Izradio:

Siniša Brlas

PROFESOR PSIHOLOGIJE

SADRŽAJ

		Stranica
1.	Statistički podaci o aktivnostima Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja (selektivna i indicirana prevencija ovisnosti)	3
2.	Stručni tim Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja	12
3.	Preventivne aktivnosti unutar univerzalne prevencije ovisnosti i zaštite mentalnog zdravlja: predavanja, tribine i radionice	12
4.	Suradnja, projekti i programi, javnozdravstveno djelovanje, obilježavanje značajnih datuma i izdavačke aktivnosti	21
5.	Sudjelovanje na stručnim i znanstvenim skupovima	38
6.	Medijska promocija i praćenje	44
7.	Zaključno i ukratko o radu Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja	47

1. Statistički podaci o aktivnostima Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja (selektivna i indicirana prevencija ovisnosti)

Tablica 1. **Ukupan broj ovisnika** koji su bili korisnici usluga Djelatnosti do konca pojedine godine (prirast novopridošlih klijenata, kumulativni podaci)

Do konca	Ukupan broj ovisnika	Marihuana, sintetski kanabinoidi	Opijati, MTD, BUP	Alkohol	AMP, MDMA, BZO, KOK, HAL	Ostalo (kockanje i MZ)
2005.	92	36	24	14	0	18
2006.	123	46	28	28	3	18
2007.	154	63	34	30	9	18
2008.	190	72	39	46	15	18
2009.	245	74	42	90	17	22
2010.	302	86	50	124	18	24
2011.	348	92	55	149	19	33
2012.	381	100	59	165	19	38
2013.	429	109	62	197	19	42
2014.	491	123	67	225	21	55
2015.	528	127	69	243	22	67
2016.	566	142	72	257	22	73
2017.	591	147	76	270	22	76
2018.	625	161	77	286	22	79
2019.	657	173	78	300	22	84
2020.	686	184	81	304	23	94
2021.	707	190	83	314	24	96

Tablica 2. **Ukupan broj klijenata** koji su bili korisnici usluga Djelatnosti (po godinama)

Godina	Broj klijenata
2007.	145
2008.	122
2009.	147
2010.	135
2011.	128
2012.	112
2013.	135
2014.	186
2015.	155
2016.	159
2017.	126
2018.	142
2019.	141
2020.	126
2021.	111

Tablica 3. **Trend kretanja broja ovisnika** koji su bili korisnici usluga Djelatnosti (prirast u odnosu na prethodnu godinu, postoci)

Razdoblje	Ukupan broj ovisnika	Marihuana, sintetski kanabinoidi	Opijati, MTD, BUP	Alkohol	AMP, MDMA, BZO, KOK, HAL	Ostalo (kockanje i MZ)
2005.-2006.	+33,7 %	+27,8 %	+16,7 %	+100 %	prva tri korisnika u 2006.	18 korisnika do 2005.
2006.-2007.	+25,2 %	+40 %	+21,4 %	+7,1 %	+200 %	nema novih
2007.-2008.	+23,4 %	+14,3 %	+14,7 %	+53,3 %	+66,7 %	nema novih
2008.-2009.	+28,9 %	+2,8 %	+7,7 %	+95,7 %	+13,3 %	+22,2 %
2009.-2010.	+ 23,3 %	+16,2 %	+19 %	+37,8 %	+5,9 %	+9,1 %
2010.-2011.	+15,2 %	+7 %	+10 %	+20,2 %	+5,6 %	+37,5 %
2011.-2012.	+9,5 %	+8,7 %	+7,3 %	+10,7 %	nema novih	+15,2 %
2012.-2013.	+12,6 %	+9 %	+5,1 %	+19,4 %	nema novih	+10,5 %
2013.-2014.	+14,5 %	+12,8 %	+8,1 %	+14,2 %	+10,5 %	+31 %
2014.-2015.	+7,5%	+3,3%	+3%	+8%	+4,8%	+21,8%
2015.-2016.	+7,2%	+11,8%	+4,3%	+5,8%	nema novih	+9%
2016.-2017.	+4,4%	+3,5%	+5,6%	+5,1%	nema novih	+4,1%
2017.-2018.	+5,8%	+9,5%	+1,3%	+5,9%	nema novih	+3,9%
2018.-2019.	+5,1%	+7,5%	+1,3%	+4,9%	nema novih	+6,3%
2019.-2020.	+4,4%	+6,4%	+3,8%	+1,3%	+4,5%	+11,9%
2020.-2021.	+3,1%	+3,3%	+2,5%	+3,3%	+4,3%	+2,1%

Tablica 4. **Skupni podaci o ovisnicima i konzumentima droga** koji su bili korisnici usluga Djelatnosti tijekom godine (prema sredstvima ovisnosti)

Dobna struktura (godine)	OPIJATI		THC		COC		BZO		AMP/MDMA/LSD		ALKOHOL		MTD/BUP	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
do 14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
15-18	0	0	1/1	2/0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
19-22	0	0	3/0	1/0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
23-26	0	0	1/1	0	0	0	0	0	0	0	2/1	0	0	1/0
27-30	0	0	3/2	0	0	0	0	0	1/1	0	0	0	0	0
31-40	0	0	4/2	0	0	0	0	0	0	0	1/1	2/0	4/0	2/0
41 i više	1/1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15/7	2/1	14/1	2/0
UKUPNO	**1**	**0**	**12**	**3**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**18**	**4**	**18**	**5**
NOVOPRIDOŠLIH	**1**	**0**	**6**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**9**	**1**	**1**	**0**

	Muških	Ženskih	Ukupno
OVISNIKA I KONZUMENATA	50	12	62
OSTALIH KORISNIKA	22	27	49
Ukupno	72	39	111

Tablica 5. Podaci o ovisnicima i konzumentima droga koji su bili korisnici usluga Djelatnosti u Virovitici tijekom godine (prema sredstvima ovisnosti)

Dobna struktura (godine)	OPIJATI		THC		COC		BZO		AMP/MDMA/LSD		ALKOHOL		MTD/BUP	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
do 14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
15-18	0	0	1/1	2/0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
19-22	0	0	3/0	1/0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
23-26	0	0	1/1	0	0	0	0	0	0	0	2/1	0	0	1/0
27-30	0	0	3/2	0	0	0	0	0	1/1	0	0	0	0	0
31-40	0	0	3/2	0	0	0	0	0	0	0	0	2/0	4/0	2/0
41 i više	1/1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13/5	2/1	14/1	2/0
UKUPNO	**1**	**0**	**11**	**3**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**15**	**4**	**18**	**5**
NOVOPRIDOŠLIH	**1**	**0**	**6**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**1**	**0**	**6**	**1**	**1**	**0**

	Muških	Ženskih	Ukupno
OVISNIKA I KONZUMENATA	46	12	58
OSTALIH KORISNIKA	21	25	46
Ukupno	67	37	104

Tablica 6. Podaci o ovisnicima i konzumentima droga koji su bili korisnici usluga Djelatnosti u Slatini tijekom godine (prema sredstvima ovisnosti)

Dobna struktura (godine)	OPIJATI		THC		COC		BZO		AMP/MDMA/LSD		ALKOHOL		MTD/BUP	
	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž
do 14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
15-18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
19-22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
23-26	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27-30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
31-40	0	0	1/0	0	0	0	0	0	0	0	1/1	0	0	0
41 i više	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2/2	0	0	0
UKUPNO	**0**	**0**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**3**	**0**	**0**	**0**
NOVOPRIDOŠLIH	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**3**	**0**	**0**	**0**

	Muških	Ženskih	Ukupno
OVISNIKA I KONZUMENATA	4	0	4
OSTALIH KORISNIKA	1	2	3
Ukupno	5	2	7

Legenda za sve tablice:
THC – tetrahidrokanabinol (marihuana, hašiš)
COC/KOK – kokain
BZO – benzodiazepini (pojedini lijekovi)
AMP – amfetamini (speed i sl.)
MDMA – metamfetamini (ecstasy)
LSD/HAL – halucinogene droge
MTD - metadon
BUP – buprenorfin
MZ – mentalno zdravlje

Tablica 7. **Nove sudske mjere** u Djelatnosti (**skupno**)

2006.	Izrečene			Provođene		
	11			11		
	Alkohol	Droge		Alkohol	Droge	
	0	11		0	11	
2007.	Izrečene			Provođene		
	30			17		
	Alkohol	Droge		Alkohol	Droge	
	7	23		2	15	
2008.	Izrečene			Provođene		
	29			10		
	Alkohol	Droge		Alkohol	Droge	
	21	8		6	4	
2009.	Izrečene			Provođene		
	84			13		
	Alkohol	Droge		Alkohol	Droge	
	81	3		10	3	
2010.	Izrečene			Provođene		
	66			15		
	Alkohol	Droge		Alkohol	Droge	
	62	4		11	4	
2011.	Izrečene			Provođene		
	77			27		
	Alkohol	Droge		Alkohol	Droge	
	76	1		26	1	
2012.	Izrečene			Provođene		
	83			32		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	78	3	2	27	3	2
2013.	Izrečene			Provođene		
	76			37		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	72	3	1	34	3	0
2014.	Izrečene			Provođene		
	51			34		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	51	0	0	34	0	0
2015.	Izrečene			Provođene		
	53			36		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	52	1	0	35	1	0
2016.	Izrečene			Provođene		
	36			28		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	36	0	0	28	0	0
2017.	Izrečene			Provođene		
	35			26		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	34	1	0	25	1	0
2018.	Izrečene			Provođene		
	43			34		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	41	2	0	33	1	0

2019.	Izrečene			Provođene		
	23			20		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	21	2	0	18	2	0

2020.	Izrečene			Provođene		
	25			19		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	24	1	0	18	1	0

2021.	Izrečene			Provođene		
	15			11		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	15	0	0	11	0	0

Tablica 8. Nove sudske mjere (upućeni iz sudova u Virovitici)

2006.	Izrečene		Provođene	
	10		10	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	0	10	0	10

2007.	Izrečene		Provođene	
	18		13	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	0	18	0	13

2008.	Izrečene		Provođene	
	11		3	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	9	2	2	1

2009.	Izrečene		Provođene	
	74		9	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	71	3	6	3

2010.	Izrečene		Provođene	
	52		12	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	48	4	8	4

2011.	Izrečene		Provođene	
	66		18	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	65	1	17	1

2012.	Izrečene			Provođene		
	62			20		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	57	3	2	15	3	2

2013.	Izrečene			Provođene		
	55			22		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	52	2	1	20	2	0

2014.	Izrečene			Provođene		
	34			23		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	34	0	0	23	0	0

2015.	Izrečene			Provođene		
	35			23		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	35	0	0	23	0	0

2016.	Izrečene			Provođene		
	25			22		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	25	0	0	22	0	0

2017.	Izrečene			Provođene		
	28			21		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	27	1	0	20	1	0

2018.	Izrečene			Provođene		
	40			31		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	38	2	0	30	1	0

2019.	Izrečene			Provođene		
	10			9		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	8	2	0	7	2	0

2020.	Izrečene			Provođene		
	11			8		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	11	0	0	8	0	0

2021.	Izrečene			Provođene		
	12			8		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	12	0	0	8	0	0

Tablica 9. Nove sudske mjere (upućeni iz sudova u Slatini)

2006.	Izrečene		Provođene	
	1		1	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	0	1	0	1

2007.	Izrečene		Provođene	
	12		4	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	7	5	2	2

2008.	Izrečene		Provođene	
	18		7	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	12	6	4	3

2009.	Izrečene		Provođene	
	10		4	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	10	0	4	0

2010.	Izrečene		Provođene	
	14		3	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	14	0	3	0

2011.	Izrečene		Provođene	
	11		9	
	Alkohol	Droge	Alkohol	Droge
	11	0	9	0

2012.	Izrečene			Provođene		
	21			12		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	21	0	0	12	0	0

2013.	Izrečene			Provođene		
	21			15		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	20	1	0	14	1	0

2014.	Izrečene			Provođene		
	17			11		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	17	0	0	11	0	0

2015.	Izrečene			Provođene		
	18			13		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	17	1	0	12	1	0

2016.	Izrečene			Provođene		
	11			6		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	11	0	0	6	0	0

2017.	Izrečene			Provođene		
	7			5		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	7	0	0	5	0	0

2018.	Izrečene			Provođene		
	3			3		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	3	0	0	3	0	0

2019.	Izrečene			Provođene		
	13			11		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	13	0	0	11	0	0

2020.	Izrečene			Provođene		
	14			11		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	13	1	0	10	1	0

2021.	Izrečene			Provođene		
	3			3		
	Alkohol	Droge	MZ	Alkohol	Droge	MZ
	3	0	0	3	0	0

Tablica 10. Komparativna **višegodišnja analiza novih sudskih mjera** u Djelatnosti (**Virovitica i Slatina**)

	Virovitica		Slatina		**Skupno**	
	Izrečene	Provođene	Izrečene	Provođene	**Izrečene**	**Provođene**
2006.	10	10	1	1	**11**	**11**
2007.	18	13	12	4	**30**	**17**
2008.	11	3	18	7	**29**	**10**
2009.	74	9	10	4	**84**	**13**
2010.	52	11	14	3	**66**	**15**
2011.	66	18	11	9	**77**	**27**
2012.	62	20	21	12	**83**	**32**
2013.	55	22	21	15	**76**	**37**
2014.	34	23	17	11	**51**	**34**
2015.	35	23	18	13	**53**	**36**
2016.	25	22	11	6	**36**	**28**
2017.	28	21	7	5	**35**	**26**
2018.	40	31	3	3	**43**	**34**
2019.	10	9	13	11	**23**	**20**
2020.	11	8	14	11	**25**	**19**
2021.	12	8	3	3	**15**	**11**

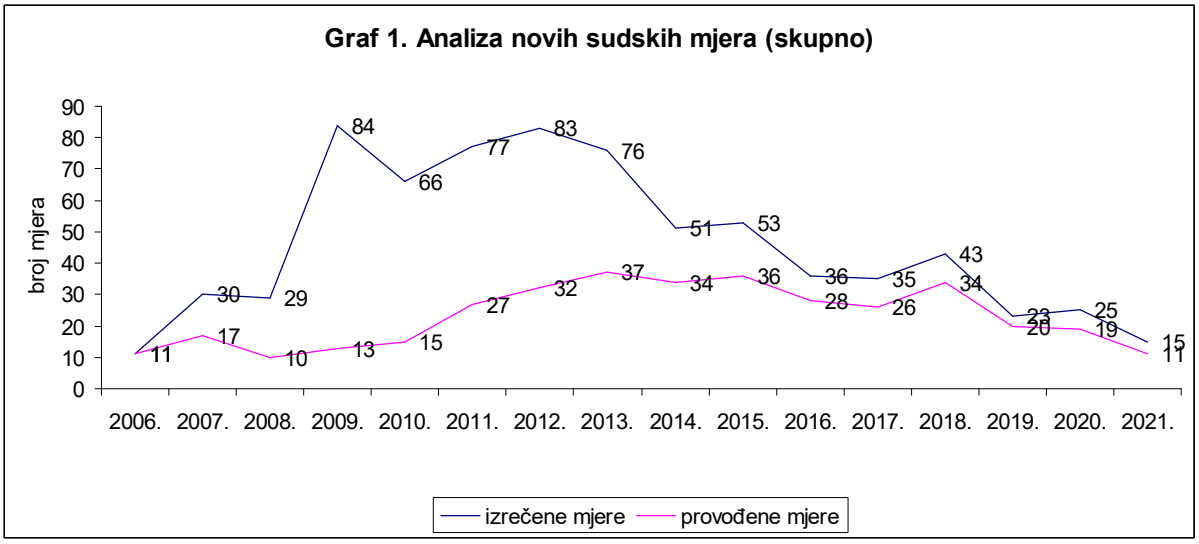
Tablica 11. Komparativna **višegodišnja analiza novih sudskih mjera** u Djelatnosti (**alkohol i droga**)

	Alkohol		Droga		Mentalno zdravlje		**Skupno**	
	Izrečene	Provođene	Izrečene	Provođene	Izrečene	Provođene	**Izrečene**	**Provođene**
2006.	0	0	11	11	0	0	**11**	**11**
2007.	7	2	23	15	0	0	**30**	**17**
2008.	21	6	8	4	0	0	**29**	**10**
2009.	81	10	3	3	0	0	**84**	**13**
2010.	62	11	4	4	0	0	**66**	**15**
2011.	76	26	1	1	0	0	**77**	**27**
2012.	78	27	3	3	2	2	**83**	**32**
2013.	72	34	3	3	1	0	**76**	**37**
2014.	51	34	0	0	0	0	**51**	**34**
2015.	52	35	1	1	0	0	**53**	**36**
2016.	36	28	0	0	0	0	**36**	**28**
2017.	34	25	1	1	0	0	**35**	**26**
2018.	41	33	2	1	0	0	**43**	**34**
2019.	21	18	2	2	0	0	**23**	**20**
2020.	24	18	1	1	0	0	**25**	**19**
2021.	15	11	0	0	0	0	**15**	**11**

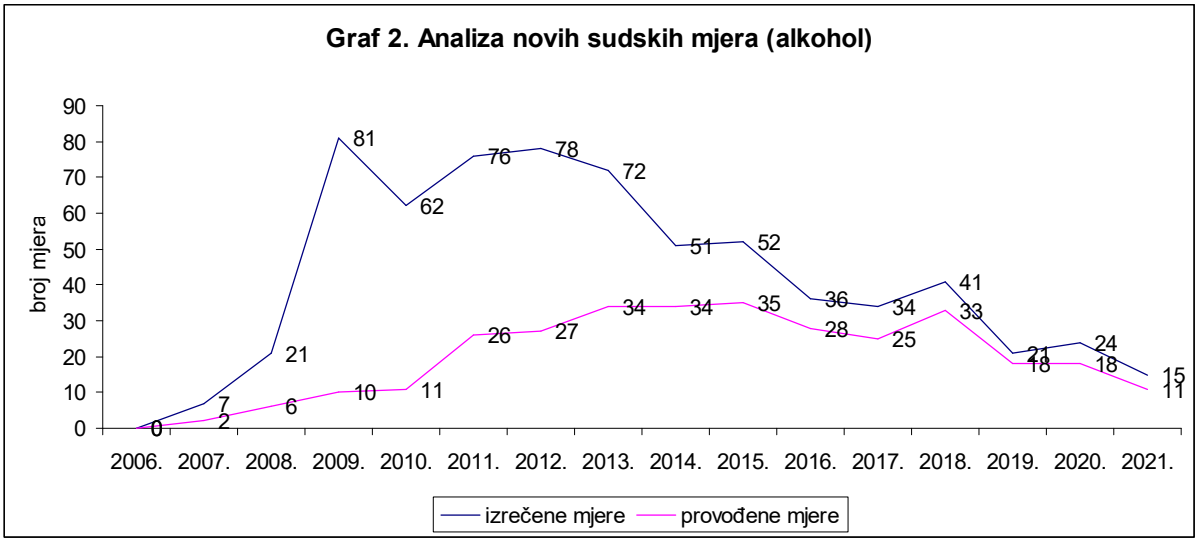
Tablica 12. Komparativna **višegodišnja analiza novih posebnih obveza** u Djelatnosti u Virovitici i Slatini (izrečenih od centara za socijalnu skrb i općinskih državnih odvjetništava)

	Virovitica	Slatina	**Ukupno**
2006.	0	0	**0**
2007.	7	1	**8**
2008.	6	1	**7**
2009.	0	0	**0**
2010.	0	0	**0**
2011.	0	0	**0**
2012.	1	0	**1**
2013.	2	0	**2**
2014.	4	0	**4**
2015.	6	0	**6**
2016.	2	1	**3**
2017.	1	0	**1**
2018.	0	2	**2**
2019.	2	3	**5**
2020.	2	5	**7**
2021.	1	0	**1**

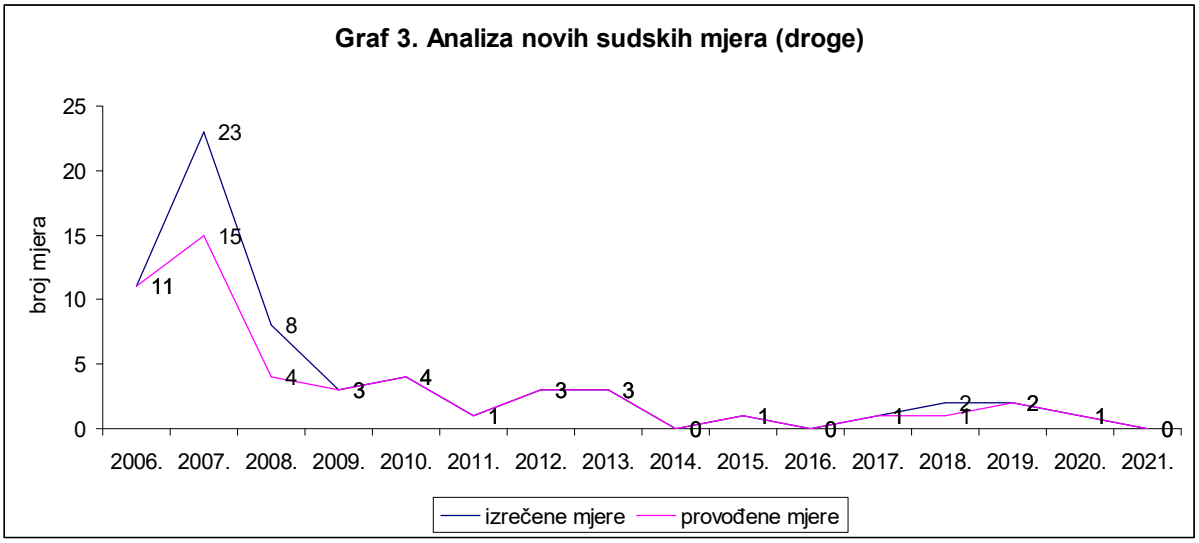
Graf 1. Analiza novih sudskih mjera (skupno)



Graf 2. Analiza novih sudskih mjera (alkohol)



Graf 3. Analiza novih sudskih mjera (droge)



2. Stručni tim Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja

U Djelatnosti su zaposleni u stalnom radnom odnosu i kroz vanjsku suradnju:

1. **Siniša Brlas**, profesor psihologije (u stalnom radnom odnosu)
2. **Tomislav Šokec**, medicinski tehničar (u stalnom radnom odnosu)
3. **prim. mr. sc. Elvira Koić**, dr. med. spec. psihijatar (vanjska suradnica)

Za vrijeme pandemije koronavirusa i zbog otežanog dolaska vanjskog suradnika (psihijatra), organizirana je povremena tefonska i video veza za pružanje psihijatrijske pomoći klijentima na daljinu.

3. Preventivne aktivnosti unutar univerzalne prevencije ovisnosti i zaštite mentalnog zdravlja: predavanja, tribine i radionice

VELJAČA

1. **Radionica za učenike osnovne škole**
   U četvrtak 11. veljače 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima šestog razreda Osnovne škole Suhopolje (prva skupina učenika).
2. **Radionica za učenike osnovne škole**
   U petak 12. veljače 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima šestog razreda Osnovne škole Suhopolje (druga skupina učenika).
3. **Radionica za učenike osnovne škole**
   U petak 12. veljače 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima šestog razreda Osnovne škole Suhopolje (treća skupina učenika).
4. **Predavanje za odgajatelej i stručne suradnike učeničkih domova**
   U petak 19. veljače 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je online predavanje na temu „Važnost očuvanja mentalnog zdravlja djece i mladih; proaktivan pristup skrbi o mentalnom zdravlju" sudionicima Međužupanijskog stručnog vijeća odgajatelja i stručnih suradnika za deset učeničkih domova u regiji.
5. **Radionica za učenike osnovne škole**
   U četvrtak 25. veljače 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima šestog razreda Osnovne škole Ivana Gorana Kovačića Gornje Bazje (prva skupina učenika).
6. **Radionica za učenike osnovne škole**
   U petak 26. veljače 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima šestog razreda Osnovne škole Ivana Gorana Kovačića Gornje Bazje (druga skupina učenika).

OŽUJAK

7. **Radionica za učenike osnovne škole**
   U petak 05. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima šestog razreda Osnovne škole Petra Preradovića u Pitomači (prva skupina učenika).
8. **Radionica za učenike osnovne škole**
   U četvrtak 11. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima šestog razreda Osnovne škole Petra Preradovića u Pitomači (druga skupina učenika).
9. **Radionica za učenike osnovne škole**
   U četvrtak 11. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima šestog razreda Osnovne škole Petra Preradovića u Pitomači (treća skupina učenika).
10. **Radionica za učenike osnovne škole**
    U petak 12. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima šestog razreda Osnovne škole Petra Preradovića u Pitomači (četvrta skupina učenika).
11. **Radionica za učenike osnovne škole**
    U petak 12. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima šestog razreda Osnovne škole Petra Preradovića u Pitomači (peta skupina učenika).
12. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U petak 19. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Srednje škole Stjepana Sulimanca u Pitomači u okviru programa „Zdrav za 5" (prva skupina učenika).
13. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U petak 19. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Srednje škole Stjepana Sulimanca u Pitomači u okviru programa „Zdrav za 5" (druga skupina učenika).
14. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U srijedu 24. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Srednje škole „Stjepan Ivšić" Orahovica u okviru programa „Zdrav za 5".

15. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U petak 26. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Srednje škole Stjepana Sulimanca u Pitomači u okviru programa „Zdrav za 5" (treća skupina učenika).
16. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U petak 26. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Srednje škole Stjepana Sulimanca u Pitomači u okviru programa „Zdrav za 5" (četvrta skupina učenika).
17. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U srijedu 31. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Katoličke klasične gimnazije s pravom javnosti u Virovitici u okviru programa „Zdrav za 5".

    TRAVANJ
18. **Predavanje za građane**
    U srijedu 07. travnja 2021. godine povodom Svjetskog dana zdravlja u Gradskoj knjižnici i čitaonici u Virovitici profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje pod nazivom „Koronakriza i mentalno zdravlje".
19. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U utorak 13. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Gimnazije Petra Preradovića Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (prva skupina učenika).
20. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U srijedu 14. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Gimnazije Petra Preradovića Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (druga skupina učenika).
21. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U četvrtak 15. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Gimnazije Petra Preradovića Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (treća skupina učenika).
22. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U petak 16. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Gimnazije Petra Preradovića Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (četvrta skupina učenika).

23. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U srijedu 21. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Tehničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (prva skupina učenika).
24. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U srijedu 21. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Tehničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (druga skupina učenika).
25. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U petak 23. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Tehničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (treća skupina učenika).
26. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U petak 23. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Tehničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (četvrta skupina učenika).
27. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U srijedu 28. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Tehničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (peta skupina učenika).
28. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U četvrtak 29. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Tehničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (šesta skupina učenika).
29. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U četvrtak 29. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Tehničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (sedma skupina učenika).
30. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U četvrtak 29. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Tehničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (osma skupina učenika).

31. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U petak 30. travnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Tehničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (deveta skupina učenika).

SVIBANJ

32. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U srijedu 12. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Industrijsko-obrtničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (prva skupina učenika).
33. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U srijedu 12. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Industrijsko-obrtničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (druga skupina učenika).
34. **Predavanje za učenike srednje škole**
    U srijedu 12. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Industrijsko-obrtničke škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (treća skupina učenika).
35. **Predavanje za stručnjake**
    U petak 14. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje pod nazivom „Biološka osnova ovisnosti; funkcionira li mozak ovisnika zaista drukčije" stručnjacima socijalnim radnicima, socijalnim pedagozima i psiholozima u okviru edukacije održane u organizaciji „Zajednice Susret" u Zagrebu.
36. **Predavanje za stručnjake**
    U petak 14. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje pod nazivom „Prevencija; planiranje, programiranje i evaluacija preventivnih aktivnosti" stručnjacima socijalnim radnicima, socijalnim pedagozima i psiholozima u okviru edukacije održane u organizaciji „Zajednice Susret" u Zagrebu.
37. **Predavanje za stručnjake**
    U petak 14. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje pod nazivom „Savjetodavni rad; komunikacija, altruizam i empatija kao alati u radu" stručnjacima socijalnim radnicima, socijalnim pedagozima i psiholozima u okviru edukacije održane u organizaciji „Zajednice Susret" u Zagrebu.
38. **Predavanje za stručnjake**
    U petak 14. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje pod nazivom „Psihologija ovisnosti i međusektorska i interdisciplinarna suradnja dionika" stručnjacima socijalnim radnicima, socijalnim pedagozima i psiholozima u okviru edukacije održane u organizaciji „Zajednice Susret" u Zagrebu.

39. **Predavanje za učenike srednje škole**
U srijedu 19. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Srednje škole Marka Marulića Slatina u okviru programa „Zdrav za 5" (prva skupina učenika).
40. **Predavanje za učenike srednje škole**
U srijedu 19. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Srednje škole Marka Marulića Slatina u okviru programa „Zdrav za 5" (druga skupina učenika).
41. **Predavanje za učenike srednje škole**
U petak 21. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Industrijsko-obrtničke škole Slatina u okviru programa „Zdrav za 5" (prva skupina učenika).
42. **Predavanje za učenike srednje škole**
U srijedu 26. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Srednje škole Marka Marulića Slatina u okviru programa „Zdrav za 5" (treća skupina učenika).
43. **Predavanje za učenike srednje škole**
U srijedu 26. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Srednje škole Marka Marulića Slatina u okviru programa „Zdrav za 5" (četvrta skupina učenika).
44. **Radionica za učenike srednje škole**
U petak 28. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima prvog razreda Srednje škole Stjepana Sulimanca u Pitomači (prva skupina učenika).
45. **Radionica za učenike srednje škole**
U petak 28. svibnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima prvog razreda Srednje škole Stjepana Sulimanca u Pitomači (druga skupina učenika).

LIPANJ

46. **Radionica za učenike srednje škole**
U srijedu 02. lipnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima prvog razreda Srednje škole Stjepana Sulimanca u Pitomači (treća skupina učenika).

47. **Predavanje za učenike srednje škole**
U srijedu 09. lipnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Strukovne škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (prva skupina učenika).
48. **Predavanje za učenike srednje škole**
U srijedu 09. lipnja 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Strukovne škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (druga skupina učenika).

KOLOVOZ

49. **Predavanje za voditelje školskih preventivnih programa**
U petak 27. kolovoza 2021. godine u Čakovcu je profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao predavanje na temu „Metodologija u pripremi i provedbi preventivnih aktivnosti i primjeri dobre prakse" članovima Međužupanijskog stručnog vijeća voditelja Školskih preventivnih programa srednjih škola i učeničkih domova Međimurske, Varaždinske i Koprivničko-križevačke županije.

LISTOPAD

50. **Predavanje za suradnike i partnere u programu**
U srijedu 20. listopada 2021. godine u Virovitici profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje na temu programa „Kako ne utopiti mladost u alkoholu" suradnicima i partnerima u programu.

STUDENI

51. **Predavanje za studente**
U utorak 02. studenoga 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje po nazivom „Psihologija u prevenciji i suzbijanju ovisnosti i zaštiti mentalnog zdravlja" studentima psihologije Filozofskog fakulteta Sveušilišta u Osijeku.



52. **Predavanje za učenike srednje škole**
U srijedu 24. studenoga 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Strukovne škole Virovitica u okviru programa „Zdrav za 5" (treća skupina učenika).
53. **Radionica za učenike osnovne škole**
U srijedu 24. studenoga 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima petog razreda Osnovne škole „Davorin Trstenjak" Čađavica.
54. **Predavanje za učenike osnovne škole**
U petak 26. studenoga 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o slobodnom vremenu mladih učenicima sedmog razreda Osnovne škole Petra Preradovića u Pitomači (prva skupina učenika).
55. **Predavanje za učenike osnovne škole**
U petak 26. studenoga 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o slobodnom vremenu mladih učenicima sedmog razreda Osnovne škole Petra Preradovića u Pitomači (druga skupina učenika).

PROSINAC

56. **Predavanje za učenike osnovnih i srednjih škola**
U srijedu 01. prosinca 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje na temu "Mladi za mlade u prevenciji ovisnosti" učenicima Vijeća učenika novogradiških osnovnih i srednjih škola.
57. **Predavanje za studente**
U srijedu 15. prosinca 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije kao gost predavač na Fakultetu hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu održao je studentima psihologije predavanje na temu "Psihologija u prevenciji i suzbijanju ovisnosti i zaštiti mentalnog zdravlja".



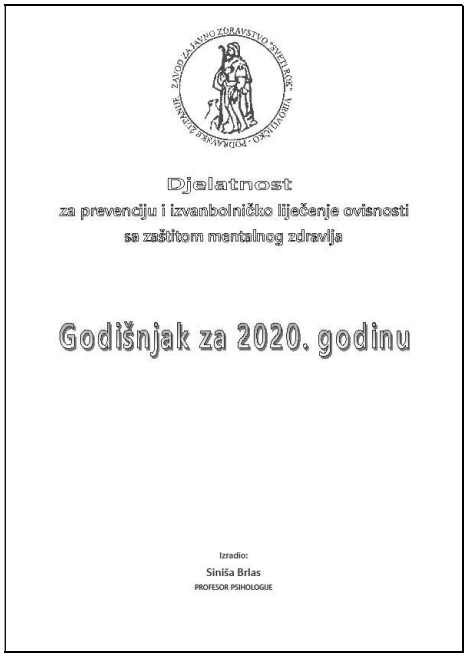


58. **Radionica za učenike osnovne škole**
    U petak 17. prosinca 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima petog razreda Osnovne škole „August Cesarec" Špišić Bukovica.
59. **Radionica za učenike osnovne škole**
    U petak 17. prosinca 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja učenicima šestog razreda Osnovne škole „August Cesarec" Špišić Bukovica.

4. Suradnja, projekti i programi, javnozdravstveno djelovanje, obilježavanje značajnih datuma i izdavačke aktivnosti

1. **Objavljen Godišnjak za 2020. godinu**

Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije objavio je na svojoj web stranici (www.zzjzvpz.hr) godišnje izvješće o radu Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja za 2020. godinu (Godišnjak za 2020. godinu). Izvješće sadrži aktivnosti koje su se provodile na području Virovitičko-podravske županije u prevenciji i suzbijanju ovisnosti te u području proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju tijekom 2020. godine.



2. **Distribucija vodiča za mlade „Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji" po školama**

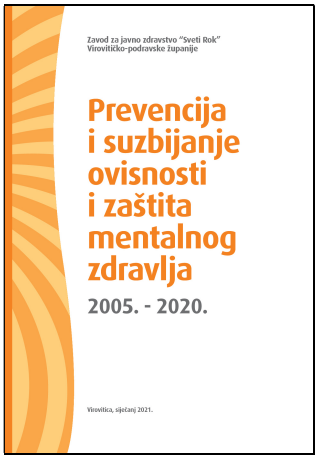
Nakon što je tiskano 12. izmijenjeno i dopunjeno izdanje vodiča za pomoć u osmišljavanju slobodnog vremena djece i mladih „Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji", primjerci vodiča su između 20. i 29. siječnja 2021. godine distribuirani po osnovnim školama u Virovitičko-podravskoj županiji. Distribuciju su proveli djelatnici Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.



3. **Sustavni rad s ovisnicima i skrb o mentalnom zdravlju u Virovitičko-podravskoj županiji od 2005. do 2020. godine u jednoj knjizi (objavljena knjiga s godišnjacima od 2005. do 2020. godine)**

U travnju 2000. godine u Virovitičko-podravskoj županiji započeo je s radom Centar za sprječavanje i suzbijanje ovisnosti kojega je osnovalo tadašnje Povjerenstvo za suzbijanje ovisnosti Virovitičko-podravske županije. Od tada pa do danas neprekinuto se skrbi o ovisnicima u našoj županiji. Iako Centar za sprječavanje i suzbijanje ovisnosti nije od početka bio sastavnim dijelom Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije, dežurstva stručnih timova i rad s ovisnicima od početka su bili u prostoru Zavoda koji i jest

prirodno okruženje za rad s ovisnicima. Centar postaje sastavnim dijelom Zavoda nešto kasnije, koncem 2003. godine. U početku se radilo u dežurstvima, bez stalno zaposlenih stručnih osoba. Stručni timovi brojali su po dva ili tri člana (psihijatri, liječnici nekih drugih profila, psiholozi, pedagozi, viša medicinska sestra). Od 2005. godine počinje se voditi sustavna analiza rada, a osobito od 2007. godine kada je rad profesionaliziran u smislu da su u radni odnos zaposleni pojedini članovi stručnoga tima. Sustavnoj skrbi o ovisnicima pridodaje se 2010. godine i proaktivna skrb o mentalnom zdravlju pa Centar za sprječavanje i suzbijanje ovisnosti postaje Djelatnost za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja pod kojim nazivom u okviru Zavoda djeluje i danas.
Tijekom protekla više od dva desetljeća u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije gotovo je 700 osoba uključeno u stručni tretman. Većinom su to ovisnici o različitim sredstvima ovisnosti, a u nešto manjem broju osobe s teškoćama u mentalnom funkcioniranju. Klijenti su uglavnom s područja Virovitičko-podravske županije, ali su se našim stručnjacima, zbog prepoznatljivog stručnog rada, za pomoć javljale i osobe iz ostalih krajeva Republike Hrvatske, pa čak i iz inozemstva. Osim neposrednog rada s klijentima, važno područje stručnog djelovanja je prevencija ovisnosti i ostalih rizičnih ponašanja, osobito prevencija usmjerena ranjivoj populaciji djece i mladih. Provode se i brojne preventivne aktivnosti i projekti kojima se osiguravaju i financijska sredstva za raznolike aktivnosti. Djelovanjem u zajednici Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije kontinuirano produbljuje i osnažuje iznimno važnu međusektorsku suradnju dionika u prevenciji i suzbijanju ovisnosti, i to temeljem jedinstvenog županijskog protokola međusektorske suradnje. Razvija se i suradnja s organizacijama civilnog društva (udrugama), čime je prevencija postala snažno prisutna u široj zajednici. Ustrojena je i iznimna suradnja s više sveučilišta na kojima stručnjaci Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja studente informiraju o iskustvima iz Virovitičko-podravske županije te ih poučavaju prevenciji i suzbijanju ovisnosti i proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju, što je zalog boljoj pripremljenosti potencijalnih stručnjaka koji će se u budućnosti uključiti u borbu protiv ovisnosti ili u skrb o mentalnom zdravlju. Tijekom godina uspostavljena je i bogata izdavačka aktivnost. Publicirane su mnoge knjige, publikacije, brošure, vodići, plakati i leci koji pokrivaju široko područje prevencije i suzbijanja ovisnosti, kao i proaktivnu skrb o mentalnom zdravlju. Stručnjaci Zavoda kontinuirano aktivno sudjeluju na domaćim i inozemnim stručnim i znanstvenim skupovima o ovisnostima i mentalnom zdravlju. Tako produbljuju vlastita znanja i iskustva koja potom uspješno primjenjuju u radu, ali ih i razmjenjuju s domaćim i stranim stručnjacima te tako potiču daljnju suradnju u borbi protiv ovisnosti i u skrbi o mentalnom zdravlju. Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije tako je postao jedan od vodećih hrvatskih zavoda koji čine stalne kvalitativne pomake u stručnom radu u prevenciji ovisnosti i tretmanu ovisnika te u proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju građana, i to kako na županijskoj, tako i na državnoj razini, pa i međunarodnoj akademskoj sceni. O navedenim se aktivnostima svake godine objavi Godišnjak rada, a sada su svi godišnjaci za razdoblje od 2005. do 2020. godine dostupni u jednoj knjizi pod nazivom „Prevencija i suzbijanje ovisnosti i zaštita mentalnog zdravlja 2005.-2020.". Knjiga je dostupna u virtualnoj knjižnici na web stranici Zavoda (www.zzjzvpz.hr).



4. **Ususret ispitnim rokovima i povratku učenika u školske klupe objavljen članak o tome kako prevladati ispitnu tjeskobu i zaštititi mentalno zdravlje u mladosti**

Ususret povratku učenika u školske klupe nakon produljenog zimskog odmora, a potom i nastavka održavanja nastave na daljinu, te skorih zimskih ispitnih rokova za studente, jako je važno uložiti dodatni trud u očuvanje mentalnog zdravlja učenika i studenata. Stoga je u medijima objavljen ovaj članak kojega je autor profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije Mentalno zdravlje učenika i studenata već je narušeno dugotrajnom pandemijom koronavirusa i ograničenjima koja je ona donijela, ali i nizom potresa koji su Hrvatsku zadesili u posljednjih godinu dana. Ove su okolnosti osobiti izazov mentalnom zdravlju mladih, uz sve one stresne i rizične činitelje koji su i inače povezani s njihovim redovitim obavezama vezanima uz školovanje.
Jedan od činitelja koji nepovoljno djeluju na mentalno zdravlje jest i prevelika izloženost ispitnoj tjeskobi koja prati uobičajene ispitne situacije. Ispitna tjeskoba može biti ometajući činitelj i ozbiljna prepreka na putu ostvarenja obrazovnih ciljeva i stoga je potencijalna opasnost i za mentalno zdravlje učenika i studenata. Učenicima i studentima nije poželjno da su izloženi visokoj razini ispitne tjeskobe jer ona nije dobra prognoza za njihov uspjeh u ispitnim situacijama, a i prijetnja je njihovom mentalnom zdravlju.
Stoga su profesor psihologije Siniša Brlas i magistra psihologije Ivana Martinušić napisali vodič „Kako prevladati ispitnu tjeskobu" koji je dostupan svima jer je objavljen i u elektronskom obliku na mnogim web stranicama. Autori su osmislili ovaj vodič kako bi pomogli učenicima i studentima osvijestiti važnost razvijanja otpornosti na stres i frustraciju u pripremanju za polaganje ispita i poučili ih navikama i vještinama koje im u tome mogu pomoći. Koncipiran je tako da nakon uvodnog pojašnjenja temeljnih pojmova učenike i studente u koracima vodi ka ublažavanju tjeskobe za vrijeme učenja, pred ispit te za vrijeme ispita. Radi se o nizu praktičnih i međusobno logički povezanih savjeta kojima je cilj očuvanje mentalnog zdravlja učenika i studenata u stresnim i frustrirajućim ispitnim situacijama.
Izdavači vodiča su Visoka škola za menadžment u turizmu i informatici u Virovitici i Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije. U elektronskom obliku vodič je svima dostupan na web stranici Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije (www.zzjzvpz.hr), na web stranici Visoke škole za menadžment u turizmu i informatici u Virovitici (www.vsmti.hr) kao i na web stranicama više škola u Virovitičko-podravskoj županiji.

5. **Zavod za javno zdravstvo nastavlja s radionicama o vršnjačkom nasilju u službi skrbi o mentalnom zdravlju mladih**

Od četvrtka 11. veljače 2021. godine Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije nastavlja i u 2021. godini održavati radionice o suzbijanju vršnjačkog nasilja i slobodnom vremenu mladih koje su ciljano usmjerene učenicima šestoga razreda osnovnih škola. Prve ovogodišnje radionice provedene su u Osnovnoj školi Suhopolje, a u planu je održavanje radionica i u ostalim osnovnim školama. Ove su radionice dio niza istovjetnih radionica u okviru kontinuirane preventivne aktivnosti koja se pod nazivom „Prevencija rizičnih ponašanja učenika osnovne škole" već godinama provodi u osnovnim školama u Virovitičko-podravskoj županiji. Na ovaj se način učenicima nastoji pomoći osvijestiti rizike koji proizlaze iz vršnjačkog nasilja kao vrlo izraženog oblika rizičnog ponašanja mladih, a u širem kontekstu skrbi o mentalnom zdravlju mladih.



6. **Povodom Hrvatskog dana nepušenja Dan otvorenih vrata u Zavodu za javno zdravstvo**

U Republici Hrvatskoj već se niz godina obilježava Hrvatski dan nepušenja - Dan bez duhanskog dima. To je uvijek prvoga dana korizme (ove godine to je 17. veljače), a u Virovitičko-podravskoj županiji tome svakako najveći doprinos daje Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije. Ove aktivnosti podržava i Povjerenstvo za suzbijanje bolesti ovisnosti Virovitičko-podravske županije.
Dan bez duhanskog dima osmišljen je kako bi se pušače duhanskih proizvoda potaknulo na donošenje odluke o prestanku pušenja, a svakako da barem na ovaj dan ne puše. Nepušačima je to prigoda da učvrste svoj stav o nepušenju kao zdravom načinu življenja.
Ovim povodom Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije za sve zainteresirane građane organizirao je u srijedu 17. veljače 2021. godine Dan otvorenih vrata. Članovi stručnog tima u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije zainteresirane su građane informirali o štetnosti pušenja i prednostima nepušenja te o školama nepušenja u kojima pušači mogu proći kroz proces odvikavanja od pušenja. Građani su javnim pozivom pozvani da dođu u srijedu 17. veljače 2021. godine između 8 i 14 sati u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja na 1. katu Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije (Ljudevita Gaja 21, Virovitica) i potraže informacije o navedenom.
Javnozdravstvenom akcijom obilježavanja Dana bez duhanskog dima želi se skrenuti pažnja javnosti na veliki javnozdravstveni problem štetne upotrebe duhanskih proizvoda, ohrabriti nepušače u nepušenju i potaknuti pušače na prestanak pušenja.



7. Zavod za javno zdravstvo nagradio učenike nepušače u Virovitičko-podravskoj županiji

Završetkom 2020. godine u Virovitičko-podravskoj županiji uspješno je završen projekt „Nepušenjem protiv ovisnosti – ja sam iz razreda nepušača". Cilj je projekta bio osnažiti samozaštitne kapacitete učenika u odgojno-obrazovnim ustanovama i ostalih mladih u Virovitičko-podravskoj županiji u prevenciji ovisnosti i afirmaciji zdravlja, pri čemu je naglasak bio na prevenciji i suzbijanju pušenja duhanskih proizvoda mladih, kao jednog od glavnih rizika koji mlade uvode u svijet štetne zloupotrebe droga. U okviru projekta, uz ostale preventivne aktivnosti, ciljano su u drugom razredu srednjih škola učenici motivirani da ostvare status razreda nepušača u kojima niti jedan učenik ne puši. Gotovo sve srednje škole u Virovitičko-podravskoj županiji uspjele su motivirati razrede nepušača, a učenicima su kao nagrada iz projekta osigurani motivacijski pokloni (USB stickovi na trajno korištenje na kojima je snimljena i publikacija „Ja sam iz razreda nepušača; kako se ne izgubiti u duhanskome dimu" u elektronskom obliku). Ovom dijelu projekta prethodio je pilot projekt pod nazivom „Ja sam iz razreda nepušača" proveden prvo 2012. godine u Srednjoj školi Stjepana Sulimanca u Pitomači, a potom i u Tehničkoj školi Virovitica. Pilot projekt pokazao je kako je moguće učenike ohrabriti da cijeli razredni odjeli ostvare status razreda nepušača pa je ovo iskustvo zatim pretočeno u projekt za ostale škole u županiji. Provoditelj projekta bio je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije, partner Zavodu bila je Udruga za pomoć mladima Virovitičko-podravske županije "Veranda", dok su suradnici bili savjeti mladih i odgojno-obrazovne ustanove u Virovitičko-podravskoj županiji te pojedini stručnjaci iz različitih resora. Na ovaj je način u provedbu projekta uključeno više desetaka stručnih ili prethodno educiranih kvalificiranih osoba koje su provodile preventivne aktivnosti među učenicima osnovnih i srednjih škola, što je dodana vrijednost projektu jer potiče razgranatu međusektorsku suradnju u prevenciji i suzbijanju ovisnosti među mladima i zalog je još boljoj suradnji u budućnosti. Projekt je i vrlo inovativan jer istovremeno uspješno afirmira međusektorsku suradnju, temelji se na principima vršnjačke edukacije ukomponirane u školske preventivne programe, metodički je i didaktički prilagođen učenicima svake pojedine škole, dok je opcija provedbe aktivnosti na daljinu omogućila da se edukativne aktivnosti provedu i usprkos složenoj epidemiološkoj situaciji uzrokovanoj aktualnom pandemijom koronavirusa. Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije ovaj je projekt uskladio s Europskim standardima kvalitete u provedbi preventivnih aktivnosti među djecom i mladima te je tako postavio i sasvim nove standarde u prevenciji i suzbijanju ovisnosti. Motivacijski pokloni za učenike uručeni su ravnateljima srednjih škola i voditeljicama i voditeljima školskih preventivnih programa na skupu koji je u srijedu 24. veljače 2021. godine održan u Velikoj vijećnici Virovitičko-podravske županije. Pokloni će potom biti uručeni učenicima u školama. Na ovom su se skupu nazočnima obratili i župan Virovitičko-podravske županije Igor Andrović, pročelnica u županiji Martina Bunić, ravnatelj Zavoda za javno zdravstvo Miroslav Venus i voditelj projekta i psiholog u Zavodu Siniša Brlas.





8. **Podjela motivacijskih poklona srednjoškolcima iz razreda nepušača u Pitomači**

U petak 05. ožujka 2021. godine u Srednjoj školi Stjepana Sulimanca u Pitomači učenicima iz razreda nepušača podijeljeni su motivacijski pokloni u okviru projekta „Nepušenjem protiv ovisnosti – ja sam iz razreda nepušača" koji je u 2020. godini proveden u Virovitičko-podravskoj županiji. Provoditelj projekta bio je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije, partner Zavodu bila je Udruga za pomoć mladima Virovitičko-podravske županije "Veranda", dok su suradnici bili savjeti mladih i odgojno-obrazovne ustanove u Virovitičko-podravskoj županiji te pojedini stručnjaci iz različitih resora. Poklone su učenicima uručili pročelnica u županiji Martina Bunić, voditelj projekta i psiholog u Zavodu Siniša Brlas te ravnatelj škole Josip Ivoš. Srednja škola Stjepana Sulimanca u Pitomači prva je sudjelovala u pilot projektu pod nazivom „Ja sam iz razreda nepušača" još 2012. godine. Pilot projekt pokazao je kako je moguće učenike ohrabriti da cijeli razredni odjeli ostvare status razreda nepušača pa je ovo iskustvo zatim pretočeno u projekt za ostale škole u županiji. Cilj je projekta bio osnažiti samozaštitne kapacitete učenika u odgojno-obrazovnim ustanovama i ostalih mladih u Virovitičko-podravskoj županiji u prevenciji ovisnosti i afirmaciji zdravlja, pri čemu je naglasak bio na prevenciji i suzbijanju pušenja duhanskih proizvoda mladih, kao jednog od glavnih rizika koji mlade uvode i u svijet štetne zloupotrebe droga. U okviru projekta, uz ostale preventivne aktivnosti koje su provedene u osnovnim i srednjim školama, ciljano su u drugom razredu srednjih škola učenici motivirani da ostvare status razreda nepušača u kojima niti jedan učenik ne puši. Gotovo sve srednje škole u Virovitičko-podravskoj županiji uspjele su motivirati razrede nepušača, a učenicima su kao nagrada iz projekta osigurani motivacijski pokloni (USB stickovi na trajno korištenje na kojima je snimljena i publikacija „Ja sam iz razreda nepušača; kako se ne izgubiti u duhanskome dimu" u elektronskom obliku). Motivacijski pokloni za učenike koji su ostvarili status razreda nepušača i u ostalim srednjim školama uručeni su ravnateljima srednjih škola i voditeljicama i voditeljima školskih preventivnih programa na skupu koji je u srijedu 24. veljače 2021. godine održan u Velikoj vijećnici Virovitičko-podravske županije te će ovih dana i preostali učenici u svojim školama dobiti svoje motivacijske poklone.





9. **Nastavlja se s provedbom programa „Zdrav za pet" u Virovitičko-podravskoj županiji i u 2021. godini**

U petak 19. ožujka 2021. godine profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o sredstvima ovisnosti pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti" za učenike prvoga razreda Srednje škole Stjepana Sulimanca u Pitomači.
Ovim je predavanjem nastavljeno s provedbom programa „Zdrav za pet" u Virovitičko-podravskoj županiji i u 2021. godini. Program „Zdrav za pet" provodi se na nacionalnoj razini, a već niz školskih godina uspješno se provodi i u odgojno-obrazovnim ustanovama u Virovitičko-podravskoj županiji. Radi se o preventivnom programu kojim se u formi predavanja i radionica za učenike nastoje prevenirati rizična ponašanja djece i mladih.

Rezultati evaluacije programa koja je u Virovitičko-podravskoj županiji provedena prošle godine pokazuju kako su učenici vrlo zadovoljni održanim predavanjima (koja su ocijenili prosječnom ocjenom 4,4 na skali od 1 do 5), njih tri četvrtine smatra da su na predavanju dobili dovoljno važnih i korisnih informacija o štetnom djelovanju droga, a sugerirali su i daljnju potrebu održavanja ovakvih edukacija za mlade. Ulaganje u prevenciju rizičnih ponašanja mladih jedna je od ključnih aktivnosti u očuvanju njihova zdravlja i jako je važno da i mladi sami procjenjuju kako su aktivnosti koje se među njima provode učinkovite.
Uspješna provedba programa pokazatelj je i dobre međusektorske suradnje u Virovitičko-podravskoj županiji temeljene na jedinstvenom Protokolu međusektorske suradnje u prevenciji i suzbijanju ovisnosti u Virovitičko-podravskoj županiji.
Osim predavanja o štetnosti djelovanja droga koja se održavaju u prvom razredu srednjih škola, predviđena su i predavanja u osmom razredu osnovnih škola (tema je štetno djelovanje alkohola) te u drugom razredu srednjih škola (tema je problematično i patološko kockanje), a dinamika i opseg provedbe dogovaraju se sa svakom pojedinom školom.



10. **Obilježen Svjetski dan borbe protiv alkoholizma objavljivanjem u medijima prigodnog teksta o štetnom djelovanju alkohola na mlade**

U svijetu se 1. travnja obilježava Svjetski dan borbe protiv alkoholizma, jednog od najvećih javnozdravstvenih problema i u našoj zemlji. Stoga je prigoda podsjetiti na opasnosti djelovanja alkohola, osobito na mlade.
Istraživanje koje tijekom 10 školskih godina počevši od 2004./2005. provedeno u Virovitičko-podravskoj županiji u organizaciji Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije i u suradnji s Povjerenstvom za suzbijanje bolesti ovisnosti Virovitičko-podravske županije te odgojno-obrazovnim ustanovama u Virovitičko-podravskoj županiji pokazalo je kakve stavove o pijenju alkohola i navike pijenja imaju učenici u našoj županiji. Rezultati pozivaju na oprez i na preventivno djelovanje jer pokazuju da u osnovnim školama iskustvo s pijenjem alkoholnih pića ima više od 50% ispitanih učenika, dok se odrastanjem rizik od štetne zloupotrebe alkohola povećava jer je istraživanje pokazalo da je gotovo 90% ispitanih srednjoškolaca imalo iskustvo s pijenjem alkohola. Potreba preventivnog djelovanja proizlazi iz činjenice da pijenje alkohola mladih prije 15. godine starosti višestruko povećava rizik od razvoja alkoholizma (ovisnosti o alkoholu) u odrasloj dobi, te da su trećina svih alkoholiziranih sudionika u prometu upravo mladi u dobi do 25 godina starosti.
Premda alkohol ne spada u ilegalne droge, za mlađe od 18 godina alkohol ustvari jest ilegalna droga jer mladi ove dobi ne smiju kupovati alkoholna pića niti im se ona smiju posluživati. Za njihov mozak u razvoju alkohol je iznimno opasna droga i ukoliko se uzima u ranoj dobi može izazvati trajne posljedice. Alkohol nepovoljno djeluje na sposobnost opažanja realnosti i sposobnost donošenja odluka i kod odraslih, a za djecu i mlade to je još opasnije jer oni još nisu niti razvili sve svoje spoznajne vještine i sposobnosti (osobito sposobnost rješavanja problema i donošenja ispravnih odluka). Konzumiranje alkohola u toj dobi otežava spoznajni i emocionalni razvoj mladih, što se u kasnijoj dobi uglavnom teško ili nikako ne može nadoknaditi.

Najnovija istraživanja pokazuju da pijenje alkohola u mladosti oštećuje osjetljive dijelove mozga (u hipokampusu) koji su odgovorni za osjećaje, pamćenje i učenje. Ove su promjene to izraženije što su djeca i mladi počeli piti u ranijoj dobi i što je količina popijenog alkohola bila veća. Konzumenti alkohola također pokazuju više znakova drugih mentalnih poremećaja; poput depresije, poremećaja u ponašanju, posttraumatskih poremećaja i poremećaja pažnje. Danas je poznato da alkohol oštećuje živčana vlakna koja prenose poruke živčanim stanicama. Alkohol širi kanale koji reguliraju protok kalcija u staničnoj strukturi, zbog čega u stanice ulazi dvostruko više kalcija nego što je normalno, a to uzrokuje nenormalno povećanu aktivnost živčanih stanica, što rezultira gubitkom krajnjih živčanih završetaka i poremećaje funkcije mozga. Mozak se nastoji oporaviti, ali proces oporavka mijenja staničnu strukturu. Ako se dio funkcija i oporavi, ne oporave se sve. Stanice se možda i oporave, ali više nisu iste kao prije jer su strukturalno promijenjene, što rezultira promjenom u prijenosu poruka i promjenama u načinu rada mozga. Snažno su zastupljeni nepovoljni ishodi kao što su gubitak pamćenja, nemogućnost dosjećanja događaja u pijanom stanju, rizična seksualna ponašanja ili sudjelovanje u prometu i vožnja pod djelovanjem alkohola.

Socijalni pritisak vršnjaka dovodi često do učestalog opijanja, a obično onda slijede popuštanje u školi, konflikti u pijanom stanju ili problemi sa zakonom. Početno vjerovanje da je alkohol neophodan za dobru zabavu, stav da je "cool" biti pod utjecajem alkohola, pijenje u većim količinama nego što se može podnijeti i nemogućnost da se kaže „ne" pijenju dovode do žudnje za alkoholom. Ako mlada osoba mnogo vremena provodi u pijenju alkohola, prate ju česti mamurluci, osjećaj beznađa i potonulosti, generalizirano neraspoloženje, pa čak i razmišljanja o samoubojstvu. Sve je popularnije i uzastopno ispijanje većih količina alkoholnih pića, uglavnom žestokih, u vrlo kratkom vremenu (tzv. *binge drinking*) s namjerom da se mlada osoba što prije dovede u pijano stanje, a to za sobom povlači niz opasnosti kako za tjelesno, tako i za mentalno zdravlje mlade osobe.

Konzumacija alkohola tako dovodi do brojnih problema već u mladosti i školskoj dobi, poput izostanaka iz škole, lošijeg školskog uspjeha, drugih rizičnih ponašanja, nasilja i ozljeda. Kasnije tijekom života alkohol povećava rizik za razvojem onih bolesti koje su već sada vodeći uzroci obolijevanja i smrtnosti ili se razvija alkoholizam kao najraširenija razarajuća bolest ovisnosti. Mladi alkohol piju jer se žele osjećati odraslijima nego što jesu (stoga imitiraju odrasle koji piju), a ponekad misle da će se tako lakše uklopiti u društvo vršnjaka. Ponekad piju jer misle da će pijani lakše riješiti neke svoje probleme ili da će smanjiti unutarnju napetost ili nervozu koju osjećaju te da će biti hrabriji (alkohol na žalost ima takvo anksiolitičko djelovanje). A ponekad im je samo dosadno i željni su zabave pa se uz alkohol lakše opuste i „kočnice" im prije popuste. Dakle, upotreba alkohola ima niz neželjenih posljedica na tjelesno i mentalno zdravlje mlade osobe, a osobito je opasno sudjelovanje u prometnim nesrećama koje često dovedu do preranih smrti mladih.

Stoga se stručnjaci u javnozdravstvenom sustavu u suradnji s ostalim dionicima prevencije usmjeravaju na prevenciju pijenja alkohola, te na osvješćivanje rizika i posljedica pijenja, a osobito prekomjernog pijenja, s ciljem razvijanja socijalno prihvatljivog i odgovornog ponašanja mladih.

Tekst je napisao Siniša Brlas, profesor psihologije u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.

11. **Svjetski dan zdravlja obilježen javnim predavanjem o utjecaju pandemije koronavirusa na tjelesno i maentalno zdravlje**

U srijedu 07. travnja 2021. godine povodom Svjetskog dana zdravlja u Gradskoj knjižnici i čitaonici u Virovitici održana su dva predavanja vezana uz aktualnu pandemiju koronavirusa. Prvo je predavanje održao ravnatelj Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije prim. mr. sc. Miroslav Venus, dr. med. spec. epidemiolog na temu „Cijepiti se protiv COVIDA 19, da ili ne? Apsoplutno da!", a drugo je predavanje pod nazivom „Koronakriza i mentalno zdravlje" održao profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije. Predavanja su bila otvorena za javnost, ali je zbog epidemioloških mjera bio nazočan samo manji broj građana. Svi će zainteresirani predavanja koja su bila snimana uskoro moći pogledati na internetskoj stranici Gradske knjižnice i čitaonice u Virovitici.







12. **Obilježen Svjetski dan nepušenja u Virovitičko-podravskoj županiji**

U Virovitičko-podravskoj županiji i ove je godine obilježen Svjetski dan nepušenja koji se u svijetu obilježava 31. svibnja. Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije uz podršku Povjerenstva za suzbijanje bolesti ovisnosti Virovitičko-podravske županije organizirao je stoga prigodne aktivnosti u okviru javnozdravstvene akcije pod nazivom „Udahni život zdravim plućima".

Tako je u ponedjeljak 31. svibnja 2021. godine u Virovitici na Trgu bana Josipa Jelačića bio postavljen štand na kojemu su predstavnici Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja i Djelatnosti javnog zdravstva Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije zainteresiranim građanima objašnjavali rizike pušenja i prednosti nepušenja za zdravlje, a tom su prigodom podijeljeni i edukativni i informativni leci o mogućnosti uključivanja u škole nepušenja.

Osim toga, dan uoči Svjetskog dana nepušenja održana je i već tradicionalna biciklijada po dijelu Virovitičko-podravske županije, a koja je bila organizirana u suradnji s Klubom za ekspedicionizam i sport (KEKS) iz Virovitice. Članovi KEKS-a vozili su u nedjelju 30. svibnja 2021. godine rutom Virovitica-Križnica-Pitomača-Vukosavljevica-Virovitica i pritom su prolaznicima i mještanima dijelili letke o prednostima nepušenja, štetnosti pušenja i mogućnostima uključivanja u škole nepušenja.

Ovom se javnozdravstvenom akcijom željelo skrenuti pažnju javnosti na veliki javnozdravstveni problem štetne upotrebe duhanskih proizvoda, ohrabriti nepušače u nepušenju i potaknuti pušače na prestanak pušenja, kao doprinos skrbi o vlastitom zdravlju.





13. **Zavod za javno zdravstvo započeo s novim preventivnim programom među mladima u Virovitičko-podravskoj županiji**

Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije uspješno je nominirao svoj novi preventivni program pod nazivom „Kako ne utopiti mladost u alkoholu" u natječajnom postupku Ministarstva zdravstva. Radi se programu koji će se u našoj županiji provoditi tijekom tri godine (2021.-2023.), a kojemu je cilj osnažiti samozaštitne kapacitete učenika u odgojno-obrazovnim ustanovama i ostalih mladih u Virovitičko-podravskoj županiji u prevenciji ovisnosti i afirmaciji zdravlja kroz specifičnu edukaciju o štetnom djelovanja alkohola na zdravlje i ponašanje te povezanosti pijenja alkohola i mogućeg razvoja ovisnosti.
Aktivnostima koje će se provoditi u odgojno-obrazovnim ustanovama i u lokalnoj zajednici mladi bi trebali biti osnaženi i motivirani u samozaštitnim ponašanjima osvješćivanjem rizika od pijenja alkoholnih pića i s boljom samokontrolom usmjerenom izbjegavanju rizika. Također će biti osnažena i međusektorska suradnja u prevenciji i suzbijanju ovisnosti i rizičnih ponašanja mladih u prometu između zdravstvenih ustanova, policije i odgojno-obrazovnih ustanova te organizacija civilnog društva, a mobilizirat će se i lokalni resursi kako bi se povećala svijest o važnosti očuvanja zdravlja te će mladi biti motivirani volontirati i afirmirati zdrave životne stilove kvalitetnijim pristupom organizaciji slobodnog vremena odabirom socijalno prihvatljivih i njihovoj dobi primjerenih sadržaja u slobodno vrijeme.
Ovako kompleksan pristup u provedbi preventivnih aktivnosti uključit će više desetaka stručnjaka koji će biti suradnici Zavodu u provedbi aktivnosti (iz znanstvenih ustanova, odgojno-obrazovnih ustanova, policije), dok će partneri biti udruženja klubova liječenih alkoholičara iz Virovitice i Slatine. Složenim sustavom praćenja procesa i ishoda vodit će se računa o tome da sve aktivnosti budu učinkovite i da pojedinci i zajednica od programa imaju maksimalne koristi za zdravlje i sigurnost građana.
Ovo je novi preventivni program kojega su osmislili stručnjaci Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije i koji je usklađen s Europskim standardima kvalitete u provedbi preventivnih aktivnosti među djecom i mladima te ima visoke standarde u prevenciji i suzbijanju ovisnosti. Voditelj programa je profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.

14. **Obilježavanje Svjetskog dana hepatitisa**

Svjetski dan hepatitisa obilježava se svake godine 28. srpnja u cilju podizanja svijesti javnosti o važnosti prevencije, ranog otkrivanja i liječenja virusnih hepatitisa. Virusni hepatitisi, posebno hepatitis B i C, još uvijek su globalni javnozdravstveni izazov. Djelatnost javnog zdravstva i Djelatnost za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti s zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije 28. srpnja 2021. godine organizirali su javnozdravstvenu akciju preventivnog i promotivnog besplatnog testiranja građana. U ovoj je akciji predviđeno besplatno testirati 20 osoba sa područja naše županije na Hepatitis B i Hepatitis C.

15. **Obilježen Svjetski dan mentalnog zdravlja prigodnim informativno-edukativnim tekstom za javnost**

Što će biti s našim mentalnim zdravljem nakon pandemije koronavirusa?
Kako odmiče pandemija koronavirusa, tako se sve više nameće i pitanje što će biti s našim mentalnim zdravljem nakon što pandemije koronavirusa prođe. Svjetski dan mentalnog zdravlja koji se obilježava 10. listopada prigoda je da se ovoj temi posveti više pažnje.
Svjetska zdravstvena organizacija mentalno zdravlje definira kao stanje u kojemu pojedinac ostvaruje svoje sposobnosti, uspješno se nosi sa stresom svakodnevnog života, radi produktivno i učinkovito te doprinosi svojoj zajednici. Mentalno zdravlje dakle nije samo puko odsustvo bolesti, već stanje u kojemu pojedinac može ostvarivati sve svoje potencijale. Nepovoljne osobne okolnosti i rizična ponašanja, kao i nepovoljne okolnosti u okruženju pojedinca otežavaju, pa čak katkad i onemogućavaju pojedincu da živi u potpunosti zadovoljno i ispunjeno. Jedna od takvih nepovoljnih okolnosti je i aktualna pandemija koronavirusa. Mnogi se ljudi moraju izolirati od svakodnevnih socijalnih kontakata, prisiljeni su na promjenu ustaljenog životnog ritma, a izolacija i socijalna deprivacija (uskrata socijalnih kontakata za kojima imamo potrebu) ljude čine ranjivijima i izloženijima rizicima za mentalno zdravlje. Dakle, koronavirus svakako jest rizik za tjelesno zdravlje, ali ne smije se zanemariti nepovoljan utjecaj brojnih ograničenja tijekom pandemije i na mentalno zdravlje. Dapače, pandemija koronavirusa trajat će vjerojatno puno kraće od već sada tinjajuće pandemije mentalnih bolesti koje će se tek početi manifestirati.
Teškoće s mentalnim zdravljem mogu biti u vrlo širokom rasponu od onih blažih (nelagoda, frustracija i tjeskoba), preko težih (stres, teškoće sa spavanjem, konflikti u međuljudskim odnosima (osobito ako su ljudi dulje vrijeme stalno zajedno)) pa do vrlo teških i ozbiljnih (pri čemu se mogu razviti i mnoge osobito složene tegobe poput depresije i sličnih). Neka istraživanja u pojedinim europskim državama već pokazuju da u tijeku pandemije gotovo dvostruko više odraslih prijavljuje simptome depresije u odnosu na razdoblje prije pandemije koronavirusa. Svaki peti ispitanik u ovim istraživanjima prijavio je i negativne promjene u apetitu, gubitak interesa za normalne životne aktivnosti, poteškoće u pažnji i koncentraciji te niz ostalih teškoća u svakodnevnom životu.
Je li mentalno zdravlje i u kojoj mjeri zaista narušeno u vrijeme pandemije koronavirusa?
Koronavirus izaziva kod nas znatan stupanj straha i zabrinutosti, a osobito među starijim osobama i kod ljudi s već narušenim zdravljem. Osobito su nepovoljne okolnosti po mentalno zdravlje sljedeće:

- socijalna deprivacija - ljudi se moraju izolirati od svakodnevnih socijalnih kontakata
- teškoće prilagodbe - većina je prisiljena na promjenu ustaljenog životnog ritma
- veća izloženost rizicima za mentalno zdravlje - (samo)izolacija ljude čini ranjivijima
- prijetnja bolesti - gotovo dvostruko više odraslih prijavljuje simptome depresije
- teškoće doživljavanja i ponašanja - negativne promjene u apetitu, gubitak interesa za normalne životne aktivnosti, poteškoće u pažnji i koncentraciji
- tjeskoba i stres – dovode do povećanja prekomjernog pijenja alkohola i zloupotrebe sredstava ovisnosti
- dugotrajnost tegoba - posljedice kolektivnih trauma mogu potrajati i desetljeće, pa i dulje nakon što trauma prođe
- komorbiditet - teškoće u mentalnom funkcioniranju dovode posljedično i do problema s tjelesnim zdravljem (autoimune bolesti, srčanožilne bolesti…)

Sve ovo predstavlja dodatnu ugrozu i tjelesnog zdravlja. Naime, poznato je da poremećaji i teškoće u mentalnom funkcioniranju dovode posljedično i do problema s tjelesnim zdravljem, jer su mentalno i tjelesno zdravlje usko povezani. I da stvar bude gora, sve te posljedice kolektivnih trauma mogu potrajati i desetljeće, pa i dulje nakon što pandemija prođe jer se tek tada razvijaju značajniji simptomi posttraumatskog stresnog poremećaja koji se često kasno prepoznaju, a dugo se i mukotrpno saniraju.
Kako bi se što je moguće više spriječili mogući nepovoljni ishodi pandemije na mentalno zdravlje populacije, pomažuće struke, a osobito psiholozi, ulažu napore u smjeru proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju. U tom su smislu građanima na raspolaganju stručni resursi (i neposredno i na daljinu), usluge su mahom besplatne, a za sva dodatna pitanja može se konzultirati i ova najnovija knjiga „Koronavirus i mentalno zdravlje; psihološki aspekti, savjeti i

preporuke" koju su psiholozi napisali u vrlo kratkom vremenu od početka pandemije koronavirusa. Međutim, svatko od nas može i sam mnogo učiniti za vlastito mentalno zdravlje te je svakako poželjno usmjeravati se na one aktivnosti koje mogu osnažiti i očuvati mentalno zdravlje.

Autor teksta: Siniša Brlas, prof.
psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti
sa zaštitom mentalnog zdravlja
Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije

16. **Zavod za javno zdravstvo predstavlio plakat i publikaciju „Kako ne utopiti mladost u alkoholu" u okviru istoimenog preventivnog programa**

Od sredine 2021. godine u punom su zamahu aktivnosti koje Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije provodi u okviru preventivnog programa pod nazivom „Kako ne utopiti mladost u alkoholu". Program će se u našoj županiji provoditi tijekom tri godine (2021.-2023.), a cilj mu je osnažiti samozaštitne kapacitete učenika u odgojno-obrazovnim ustanovama i ostalih mladih u Virovitičko-podravskoj županiji u prevenciji ovisnosti i afirmaciji zdravlja.

Temelj aktivnosti je specifična edukacija mladih o prednostima nepijenja i rizicima pijenja alkohola na zdravlje. Edukaciju će provoditi educirani edukatori (njihova se edukacija planira uskoro) uz pomoć plakata za škole i publikacije za mlade pod nazivom „Kako ne utopiti mladost u alkoholu". Radi se o pažljivo kreiranim edukativnim materijalima, metodički i didaktički stručno oblikovanima tako da se na primjereni način obraćaju djeci i mladima te ukazuju na rizike i opasnosti od pijenja alkohola, istovremeno afirmirajući zdrave stilove življenja ističući prednosti nepijenja za zdravlje. Publikacija se sastoji od tekstova više autora različitih struka (psiholog, pedagog, socijalni pedagog, epidemiolog i prometni stručnjak). Autori su vrsni stručnjaci u svojim područjima (Siniša Brlas, Sabina Mandić, Željko Marušić, Vesna Šerepac i Miroslav Venus). Urednik publikacije je Siniša Brlas koji je ujedno i voditelj ovog preventivnog programa. Plakat i publikacija u elektronskom su obliku dostupni na www.zzjzvpz.hr.

Aktivnostima koje će se u narednom razdoblju provoditi u odgojno-obrazovnim ustanovama i u lokalnoj zajednici mladi bi trebali biti osnaženi i motivirani u samozaštitnim ponašanjima osvješćivanjem rizika od pijenja alkoholnih pića i s boljom samokontrolom usmjerenom izbjegavanju rizika. Također će biti osnažena i međusektorska suradnja u prevenciji i suzbijanju ovisnosti i rizičnih ponašanja mladih. Ovako kompleksan pristup u provedbi preventivnih aktivnosti uključit će više desetaka stručnjaka koji će biti suradnici Zavodu u provedbi aktivnosti, a sustavom praćenja procesa i ishoda vodit će se računa o tome da sve aktivnosti budu učinkovite i da pojedinci i zajednica od programa imaju maksimalne koristi za zdravlje i sigurnost građana.

Ovaj preventivni program kojega su osmislili stručnjaci Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije usklađen je i s Europskim standardima kvalitete u provedbi preventivnih aktivnosti među djecom i mladima te ima visoke standarde u prevenciji i suzbijanju ovisnosti.





17. **Održana edukacija edukatora u okviru preventivnog programa „Kako ne utopiti mladost u alkoholu"**

U srijedu 20. listopada 2021. godine u Tehnološko-inovacijskom centru Virovitica održana je edukacija edukatora koji će provoditi preventivne aktivnosti među mladima u Virovitičko-podravskoj županiji u okviru preventivnog programa pod nazivom „Kako ne utopiti mladost u alkoholu".

Program će se u našoj županiji provoditi tijekom tri godine (2021.-2023.), a cilj mu je osnažiti samozaštitne kapacitete učenika u odgojno-obrazovnim ustanovama i ostalih mladih u Virovitičko-podravskoj županiji u prevenciji ovisnosti i afirmaciji zdravlja osvješćivanjem rizika od pijenja alkoholnih pića. Također će biti osnažena i međusektorska suradnja u prevenciji i suzbijanju ovisnosti i rizičnih ponašanja mladih. Sustavom praćenja procesa i ishoda vodit će se računa o tome da sve aktivnosti budu učinkovite i da mladi i zajednica od programa imaju maksimalne koristi za zdravlje i sigurnost u prometu.

Nositelj ovoga programa je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije koji će aktivnosti provoditi u suradnji s partnerima (udruženjima klubova liječenih alkoholičara Virovitica i Slatina) i suradnicima (odgojno-obrazovnim ustanovama, policijom i stručnjacima pojedincima). Temelj aktivnosti je specifična edukacija mladih o prednostima nepijenja i rizicima pijenja alkohola na zdravlje.

Edukacija edukatora (a to su partneri i suradnici u provedbi programa) organizirana je kako bi se educirani edukatori uspješno nosili sa izazovima edukacije koju će provoditi među mladima i kako bi stekli odgovarajuća znanja o temi vezanoj uz rizike pijenja alkohola. Stoga su angažirani vodeći domaći stručnjaci iz područja rizičnih ponašanja mladih, sigurnosti u prometu i prevencije ovisnosti koji su bili predavači na ovoj edukaciji.

Program „Kako ne utopiti mladost u alkoholu" osmislili su stručnjaci Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije, financiran je od strane Ministarstva zdravstva, a usklađen je s Europskim standardima kvalitete u provedbi preventivnih aktivnosti među djecom i mladima te ima visoke standarde u prevenciji i suzbijanju ovisnosti.



18. **Javni poziv za sudjelovanjem u izradi vodiča o slobodnom vremenu mladih**

U Virovitičko-podravskoj županiji od 2007. godine provodi se projekt „Iskoristi dan" koji je 2009. godine prerastao u projekt „Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji" pod kojim se nazivom od tada kontinuirano provodi. Usmjeren je pomoći mladima u organizaciji slobodnog vremena.
Istraživanja koja su počevši od školske godine 2004./05. tijekom deset školskih godina sustavno provođena u osnovnim i srednjim školama u našoj županiji, a kasnije i u Visokoj školi za menadžment u turizmu i informatici u Virovitici, ukazala su na potrebu pomoći mladima u organizaciji slobodnog vremena. Stoga je i pokrenut ovaj projekt unutar kojega je najvažniji dio izdavanje vodiča za pomoć u osmišljavanju slobodnog vremena djece i mladih pod nazivom „Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji". Do sada je učenicima (i studentima) podijeljeno 12 izmijenjenih i dopunjenih izdanja ovoga vodiča koji nastaje tako da se svake godine ažuriraju podaci o sportskim, društvenim, vjerskim i inim sadržajima koji su u općinama i gradovima naše županije dostupni mladima i njima su primjereni.
Ove godine u pripremi je 13. izmijenjeno i dopunjeno izdanje vodiča kao dio programa „Kako ne utopiti mladost u alkoholu". Izdavač Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije stoga je i ove godine odlučio pozvati zainteresiranu javnost, dakle pojedince, udruge i ustanove, da svojim prijedlozima doprinesu novome izdanju. Svi zainteresirani pozvani su pregledati posljednje (prošlogodišnje) izdanje vodiča koje je dostupno na http://www.zzjzvpz.hr/hr/sadrzaj/knjiznica/knjige/iskoristi_dan_u_vpz_2020.pdf te svoje prijedloge za izmjenama i dopunama u tekstualnom i slikovnom obliku (što kraći opis aktivnosti, kontakti i jednu ili dvije fotografije ove aktivnosti) dostaviti na adresu elektroničke pošte iskoristidanuvpz@zzjzvpz.hr. Krajnji rok za dostavu prijedloga bio je 05. studenoga 2021. godine. Autori publikacije odlučili su o primjerenosti njihovog uvrštavanja u vodič.

19. **Nizom preventivnih aktivnosti među mladima Zavod za javno zdravstvo obilježava Mjesec borbe protiv ovisnosti**

Tijekom Mjeseca borbe protiv ovisnosti koji se svake godine obilježava od 15. studenoga do 15. prosinca, Djelatnost za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije intenzivira preventivne aktivnosti među mladima. Polazište ovih aktivnosti je spoznaja da je prevencija najučinkovitiji oblik borbe protiv ovisnosti. Prevencija je skup složenih aktivnosti kojima je svrha dokinuti veze između rizičnih ponašanja mladih i nepovoljnih i neželjenih ishoda takvih

ponašanja (razvoja rizičnih ponašanja, među kojima je i ovisnost), a istovremeno osnažiti veze između zdravih i poželjnih ponašanja koja dovode do zdravog psihofizičkog i psihosocijalnog rasta i razvoja. Ove aktivnosti imaju svoje ishodište u istraživanju rizičnih i zaštitnih ponašanja mladih koje je provedeno u Virovitičko-podravskoj županiji tijekom deset školskih godina na vrlo velikom uzorku učenika osnovnih i srednjih škola, a rezultati kojega su ukazali na smjer kojim je potrebno ići u prevenciji rizičnih ponašanja mladih.
Stoga je u srijedu 24. studenoga 2021. godine u Strukovnoj školi Virovitica održano predavanje za učenike prvoga razreda srednje škole pod nazivom „Kako droge djeluju i gdje se kriju opasnosti". Potom je istoga dana u Osnovnoj školi „Davorin Trstenjak" u Čađavici održana radionica za učenike petoga razreda na temu vršnjačkog nasilja pod nazivom „Kroz život bez nasilja". Nakon toga je u petak 26. studenoga u Osnovnoj školi Petra Preradovića u Pitomači održano interaktivno predavanje za učenike sedmoga razreda pod nazivom „Moje slobodno vrijeme".
Iz ovoga je vidljivo kako se raznolikim preventivnim aktivnostima nastoji obuhvatiti što veći broj godišta učenika, a istovremeno se nastoji djelovati u smjeru prevencije različitih rizičnih ponašanja, ali i u smjeru pomoći mladima u organizaciji slobodnog vremena.
Navedena predavanja i radionice u školama održao je profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije. Ove su aktivnosti također i doprinos međusektorskoj suradnji dionika u borbi protiv ovisnosti na području Virovitičko-podravske županije.





20. **Zdravstvene djelatnike koji sudjeluju u cijepljenju i testiranju građana na koronavirus Zavod za javno zdravstvo preventivno testirao na hepatitis i HIV**

Povodom Europskog tjedna testiranja na HIV, hepatitis i sifilis koji se obilježava od 22. do 29. studenoga 2021. godine, u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije provedeno je preventivno testiranje zdravstvenih djelatnika koji sudjeluju u testiranju i cijepljenju građana tijekom pandemije koronavirusa. Ova preventivna javnozdravstvena aktivnost pokazuje svijest o važnosti očuvanja zdravlja onih zdravstvenih djelatnika koji su u povećanom riziku od zaraze hepatitisom ili HIV-om.



21. **Županijski preventivni projekt „Mladi za mlade u prevenciji i suzbijanju ovisnosti" predstavljen u Novoj Gradiški**

Profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije održao je 01. prosinca 2021. godine predavanje na temu "Mladi za mlade u prevenciji ovisnosti" učenicima Vijeća učenika novogradiških osnovnih i srednjih škola. Predavanje je organiziralo Koordinacijsko tijelo za prevenciju ovisnosti gradonačelnika Nove Gradiške povodom obilježavanja Mjeseca borbe protiv ovisnosti (koji se obilježava svake godine od 15. studenoga do 15. prosinca).
Profesor Brlas učenicima je govorio o prednostima vršnjačke edukacije, osobito u prevenciji rizičnih ponašanja mladih, s posebnim osvrtom na preventivni projekt „Mladi za mlade u prevenciji i suzbijanju ovisnosti" koji je 2019. godine proveden u Virovitičko-podravskoj županiji i u kojemu su upravo mladi iz savjeta mladih bili glavni suradnici u provedbi preventivnih aktivnosti među ostalim mladima.
Izvrsnost preventivnih aktivnosti koje se provode u Virovitičko-podravskoj županiji i njihova usklađenost s Europskim standardima kvalitete u prevenciji prepoznati su tako i izvan granica naše županije pa se sve češće koriste kao iskustva dobre prakse od kojih ostali mogu mnogo naučiti i naše iskustvo iskoristiti u svojim sredinama. Ovako se postiže vrlo značajan učinak transfera znanja i pozitivnih iskustava nastalih u našoj županiji, a preventivni projekti i programi koji su osmišljeni i provedeni u Virovitičko-podravskoj županiji tako i nakon provedbe stvaraju dodanu vrijednost prevenciji ovisnosti i ostalih rizičnih ponašanja.



22. **Nastavak predavanja na hrvatskim sveučilištima**

Na samom završetku Mjeseca borbe protiv ovisnosti, u srijedu 15. prosinca 2021. godine, profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije kao gost predavač na Fakultetu hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu održao je studentima psihologije predavanje na temu "Psihologija u prevenciji i suzbijanju ovisnosti i zaštiti mentalnog zdravlja". Ovo je tek posljednje u nizu predavanja profesora Brlasa na sveučilištima u našoj zemlji. Suradnja je započela još 2014. godine od kada je profesor Brlas održao niz predavanja o ovisnostima i mentalnom zdravlju studentima na Pravnom fakultetu u Zagrebu, Fakultetu hrvatskih studija u Zagrebu i Filozofskom fakultetu u Osijeku. Gostovanja Siniše Brlasa kao predavača na cijenjenim hrvatskim sveučilištima rezultat su njegova bavljenja psihologijom ovisnosti i proaktivnom skrbi o mentalnom zdravlju već više od 20 godina, zbog čega je do sada dobio niz prestižnih priznanja i nagrada, uključujući nedavno i „Zlatni grb Hrvatskog psihološkog društva", najprestižniju nagradu u psihologiji. Iskustva profesora Brlasa u prevenciji i suzbijanju ovisnosti jedinstvena su čak i izvan granica naše zemlje pa ih je profesor Brlas do sada imao priliku predstaviti i stručnjacima u Mađarskoj, Srbiji i Bosni i Hercegovini. Stoga i ne čudi da je i na domaćim fakultetima prepoznata potreba da se stečena znanja i iskustva prenesu studentima pomažućih struka. Pozivi da se održe predavanja na više domaćih i inozemnih sveučilišta odraz su tako i dugogodišnjeg stručnog rada u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije, ali su također i još jedan od pokazatelja da Virovitica i Virovitičko-podravska županija imaju vrsne stručnjake od kojih ostali mogu učiti.

23. **Objavljeno trinaesto izdanje vodiča za mlade „Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji"**

Sredinom prosinca 2021. godine objavljeno je trinaesto, izmijenjeno i dopunjeno izdanje vodiča za pomoć u osmišljavanju slobodnog vremena djece i mladih "Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji". Proteklih 15 godina stručnjaci iz Virovitičko-podravske županije razvijaju projekt „Iskoristi dan" kojemu je cilj pomoći mladima da osvijeste važnost organizacije vlastitog slobodnog vremena. Projekt je 2007. godine pokrenut u Slatini pod nazivom „Iskoristi dan", a potom se sljedeće godine nastavio provoditi i u Virovitici pod nazivom „Iskoristi dan u Virovitici". Nakon toga se svake godine za redom pod nazivom "Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji" provodi i na cjelokupnom području Virovitičko-podravske županije jer obuhvaća sve gradove i općine u županiji. Ishodište projekta je istraživanje o pušenju, alkoholu, kockanju, drogama i slobodnom vremenu koje je tijekom deset godina provedeno među učenicima osnovnih i srednjih škola u Virovitičko-podravskoj županiji, a potom i među studentima Visoke škole u Virovitici. Rezultati istraživanja ukazali su na važnost i potrebu kvalitetnije organizacije slobodnog vremena djece i mladih te su stoga stručnjaci Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije i članovi Povjerenstva za suzbijanje bolesti ovisnosti Virovitičko-podravske županije pokrenuli ideju izrade vodiča koji informira mlade o mogućnostima uključivanja u raznolike sportske, društvene, vjerske i ine sadržaje u svim gradovima i općinama naše županije. Ovo je jedinstveni vodič u Republici Hrvatskoj i kao primjer dobre prakse predstavljen je više puta diljem naše zemlje, pa i u inozemstvu. U realizaciji izmijenjenih i dopunjenih izdanja vodiča već godinama aktivno sudjeluju učenici i voditelji školskih preventivnih programa u školama, članovi savjeta mladih te raznih udruga u Virovitičko-podravskoj županiji, a javnim je pozivom u izradu dopunjenih izdanja posljednjih godina uključena i šira javnost u našoj županiji. Iako je namijenjen svima, vodič se ciljano dijeli učenicima sedmoga razreda u osnovnim školama u Virovitičko-podravskoj županiji i studentima prve godine Veleučilišta u Virovitici. Svima ostalima besplatno je dostupan u elektronskom obliku na:

http://www.zzjzvpz.hr/hr/sadrzaj/knjiznica/knjige/iskoristi_dan_u_vpz_2021.pdf.

Vodič je ove godine financiran sredstvima Ministarstva zdravstva iz preventivnog programa koji pod nazivom „Kako ne utopiti mladost u alkoholu" u Virovitičko-podravskoj županiji provodi Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.
Izdavač vodiča "Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji" je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije, a autori su Miroslav Venus, Vesna Šerepac i Siniša Brlas.



- Osim navedenih aktivnosti, članovi stručnog tima (psiholog i medicinski tehničar) sudjelovali su na sastancima Županijskog tima za sprečavanje i borbu protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji u Virovitičko-podravskoj županiji. Odlukom o imenovanju članova i zamjenika članova u Županijski tim su ispred Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije još ranije imenovani profesor psihologije Siniša Brlas (kao član) i medicinski tehničar Tomislav Šokec (kao zamjenik člana).

5. Sudjelovanje na stručnim i znanstvenim skupovima

1. Sudjelovanje na on-line sastanku u vezi projekta PoMoZi Da

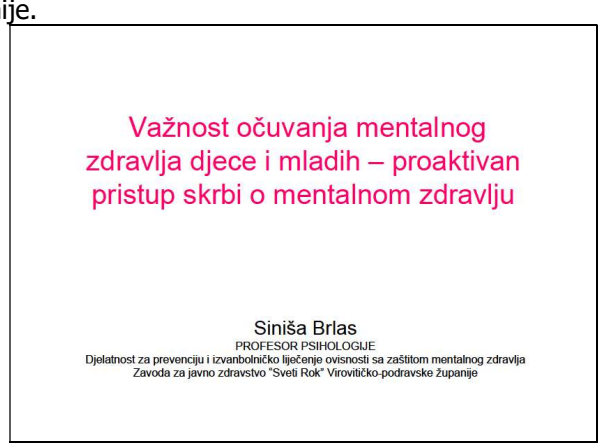
U petak 22. siječnja 2021. godine održan je sastanak dionika u provedbi programa PoMoZi da. Sastanak je organizirao Hrvatski zavod za javno zdravstvo u Zagrebu, a održan u on-line obliku korištenjem Zoom platforme. Na sastanku je sudjelovao profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.

2. Aktivno sudjelovanje na stručnom skupu odgajatelja i stručnih suradnika učeničkih domova

U petak 19. veljače 2021. godine održan je stručni skup Međužupanijskog stručnog vijeća odgajatelja i stručnih suradnika za deset učeničkih domova u regiji. Skup je bio usmjeren skrbi o mentalnom zdravlju mladih odnosno učenika učeničkih domova. Pozvani predavač na skupu bio je i profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije koji je sudionicima održao predavanje na temu „Važnost očuvanja mentalnog zdravlja djece i mladih; proaktivan pristup skrbi o mentalnom zdravlju". Zbog epidemiološke situacije uzrokovane pandemijom koronavirusa stručni je skup održan online.

Ovo je nova u nizu edukacija koje profesor Brlas već godinama provodi za odgajatelje ili stručne suradnike učeničkih domova na regionalnoj ili državnoj razini, i to u područjima rizičnih ponašanja mladih, psihologije ovisnosti i proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju. Pokazatelj ove bogate i uspješne suradnje Zavoda i učeničkih domova jest i zajednička provedba istraživanja o ispitnoj tjeskobi (kao prijetnji mentalnom zdravlju učenika) koja je rezultirala i objavom stručnog članka pod nazivom „Ispitna tjeskoba kod učenika učeničkih domova u Republici Hrvatskoj" u prestižnom stručnom časopisu za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja „Život i škola".

Navedeni oblici stručne suradnje ujedno su i doprinos međusektorskoj suradnji javnozdravstvenog i odgojno-obrazovnog sustava u našoj zemlji, ali su i priznanje Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije koji na ovaj način uspješno provodi istraživačke, edukativne i preventivne aktivnosti i izvan granica Virovitičko-podravske županije.



3. Sudjelovanje u online edukaciji o prevenciji nasilja

U četvrtak 04. i petak 05. ožujka 2021. godine održana je online edukacija pod nazivom „Prevencija nasilja nad ženama i nasilja u obitelji", organizirana u Državnoj školi za javnu upravu. U edukaciji je sudjelovao Tomislav Šokec, medicinski tehničar u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.

4. **Sudjelovanje u online edukaciji o zaštiti žrtava nasilja**
   U četvrtak 18. i petak 19. ožujka 2021. godine održana je online edukacija pod nazivom „Zaštita žrtava nasilja i unaprjeđenje skrbi", organizirana u Državnoj školi za javnu upravu. U edukaciji je sudjelovao Tomislav Šokec, medicinski tehničar u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.

5. **Sudjelovanje u online edukaciji o integriranom pristupu nasilju u obitelji i zaštiti žrtava nasilja**
   U petak 26. ožujka 2021. godine održana je online edukacija pod nazivom „Integrirani pristup nasilju u obitelji i zaštita žrtava", organizirana u Državnoj školi za javnu upravu. U edukaciji je sudjelovao Tomislav Šokec, medicinski tehničar u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.

6. **Sudjelovanje na webinaru o post-covid sindromu**
   U utorak 27. travnja 2021. godine u organizaciji Hrvatske liječničke komore organiziran je webinar na temu "Post-covid sindrom, klinički aspekt i hrvatska iskustva". Na webinaru je sudjelovao profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.

7. **Uspješno provedena edukacija stručnjaka koji se bave prevencijom i suzbijanjem ovisnosti**
   Profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije uspješno je proveo još jednu edukaciju stručnjaka različitih struka u području prevencije i suzbijanja ovisnosti. Edukacija je provedena u petak 14. svibnja 2021. godine u Zagrebu u organizaciji Humanitarne organizacije „Zajednica Susret", neprofitne nevladine udruge koja je osnovana 1992. godine s ciljem prevencije problema ovisnosti te stručnog tretmana i pomoći osobama s problemom ovisnosti. Dio je to projekta koji se pod nazivom „Centar podrške za ovisnike i osobe u riziku" financira iz Europskog socijalnog fonda. Zamišljen je kao set predavanja eminentnih domaćih stručnjaka u području prevencije i rada s osobama s problemom ovisnosti, a organizator je prepoznao stručnost, znanje i iskustvo profesora Brlasa kao jednog od malobrojnih stručnjaka koji su pozvani biti edukatorima u okviru projekta. Sudionici edukacije su socijalni radnici, socijalni pedagozi i psiholozi iz različitih resora, a edukacija je provedena hibridnim modelom (dio stručnjaka bio je fizički nazočan, dok je ostatak edukaciju pratio on-line). Specifični cilj edukacije je osnažiti stručnjake osobito za rad s mladima na prepoznavanju i prevenciji ovisnosti te prepoznavanju razine problema na kojoj je potrebno upućivanje u tretman. Profesor Brlas održao je cjelodnevni set od četiri povezana predavanja kojima je obradio teme vezane uz biološku osnovu ovisnosti, prevenciju, savjetodavni rad i interdisciplinarnu i međusektorsku suradnju. Naglašena je i važnost psihologije ovisnosti, područja primijenjene psihologije kojim se profesor Brlas osobito bavi već dulje od dva desetljeća. Podsjećamo da je profesor Brlas i tijekom ožujka 2019. godine u Osijeku održao niz sličnih predavanja i radionica i za Udrugu „Ne-ovisnost", tako da je ova nova edukacija samo nastavak dobre suradnje s organizacijama civilnog društva koji su važni dionici u prevenciji, tretmanu i rehabilitaciji liječenih ovisnika.



Edukacije stručnjaka Zavoda koje se godinama provode u različitim resorima diljem Republike Hrvatske odraz su kontinuiranog, ustrajnog i kvalitetnog stručnog rada u prevenciji i s ovisnicima u Virovitičko-podravskoj županiji, a koji je prepoznat ne samo u ostatku Hrvatske, nego u regiji.

8. Aktivno sudjelovanje u nacionalnoj evaluaciji psihosocijalnog tretmana ovisnika o drogama

U petak 02. srpnja 2021. godine u organizaciji Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo u Osijeku je organiziran stručni skup stručnjaka koji se bave tretmanom ovisnika. Rad je bio organiziran u formi fokus grupe koja je evaluirala *Smjernice za psihosocijalni tretman ovisnosti u zdravstvenom, socijalnom i zatvorskom sustavu*. Stručnjaci su okupljeni u fokus grupu kako bi vodili stručnu diskusiju, te izrazili svoja iskustva, mišljenja i ideje o psihosocijalnom tretmanu klijenata, a sve s ciljem unaprjeđenja kvalitete skrbi o ovisnicima.

U radu fokus grupe na ovome je skupu aktivno sudjelovao i profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije koji je s ostalim stručnjacima podijelio svoje 20-godišnje iskustvo u radu s ovisnicima. U radu ove fokus grupe sudjelovao je vrlo mali broj odabranih stručnjaka, samo njih petero iz cijele Slavonije, a profesor Brlas bio je jedini psiholog među njima i jedini stručnjak iz Virovitičko-podravske županije.

Psihosocijalni tretman neizostavni je dio u tretmanu ovisnika, a profesor Brlas ovim se područjem bavi već dulje od 20 godina te je u tome području napisao i više knjiga (izdvajaju se knjige „Savjetodavni rad s ovisnicima" i „Komunikacija s ovisnicima"). Knjige se u elektronskom obliku mogu pronaći u virtualnoj knjižnici na www.zzjzvpz.hr.



9. Održano predavanje za voditelje školskih preventivnih programa triju županija sjeverozapadne Hrvatske

U petak 27. kolovoza 2021. godine u Čakovcu je održan stručni skup Međužupanijskog stručnog vijeća voditelja Školskih preventivnih programa srednjih škola i učeničkih domova Međimurske, Varaždinske i Koprivničko-križevačke županije. Zbog epidemiološke situacije izazvane pandemijom koronavirusa skup je održan hibridnim modelom, a to znači da je dio sudionika neposredno bio nazočan na skupu, dok su ostali sudjelovali na daljinu (on-line). Pozvani predavač na skupu bio je i profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije koji je sudionicima održao predavanje na temu „Metodologija u pripremi i provedbi preventivnih aktivnosti i primjeri dobre prakse". Ovo je nova u nizu edukacija koje profesor Brlas već godinama održava za odgajatelje i stručne suradnike odgojno-obrazovnih ustanova na regionalnoj ili državnoj razini, i to u područjima rizičnih ponašanja mladih, psihologije ovisnosti i proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju mladih.



Navedeni oblici stručne suradnje ujedno su i doprinos međusektorskoj suradnji javnozdravstvenog i odgojno-obrazovnog sustava u našoj zemlji, ali su i priznanje Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije koji na ovaj način uspješno provodi istraživačke, edukativne i preventivne aktivnosti i izvan granica Virovitičko-podravske županije.

10. Predstavljanje projekta „Nepušenjem protiv ovisnosti - ja sam iz razreda nepušača" na Psihošpanciru u Varaždinu

U subotu 11. rujna 2021. godine u Varaždinu je održan Psihošpancir, manifestacija posvećena psihologiji i svojevrsni jedinstveni festival psihologije u Hrvatskoj. Specifičnost Psihošpancira je u tome što je, osim za stručnjake, otvoren i za javnost i sve zainteresirane građane. Na ovaj se način populariziraju stručna i znanstvena dostignuća te je to stoga bila i odlična prigoda da se publika i izvan naše županije upozna s preventivnim aktivnostima koje se provode u Virovitičko-podravskoj županiji.
Na ovome je skupu aktivno sudjelovao i profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije koji je podijelio iskustvo u provedbi preventivnog projekta „Nepušenjem protiv ovisnosti - ja sam iz razreda nepušača" koji je tijekom 2020. godine uspješno proveden u Virovitičko-podravskoj županiji. Profesor Brlas bio je voditelj ovoga projekte te je sudionike upoznao s aktivnostima i učincima ove uspješno provedene preventivne aktivnosti u našoj županiji.



11. Sudjelovanje na tematskom sastanku o nasilju nad ženama

U utorak 14. rujna 2021. godine putem Zoom komunikacijske platforme održan je drugi tematski online sastanak namijenjen predstavnicama/predstavnicima županijskih timova za sprečavanje i borbu protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji. Cilj sastanka je bio nastavak rada na umrežavanju svih članova županijskih timova za sprečavanje i borbu protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji te unapređenje zajedničkog rada u okviru timova. Na sastanku su prezentirane zajednički kreirane *Preporuke za unaprjeđenje rada Županijskih timova za sprečavanje i borbu protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji*.
Na ovom je sastanku sudjelovao i profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije koji je ujedno i član Županijskog tima za sprečavanje i borbu protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji u Virovitičko-podravskoj županiji.

12. Sudjelovanje u radu fokus grupe za praćenje rizika zaraze hepatitisom i HIV-om

S ciljem poboljšanja aktivnosti praćenja zdravstvenih rizika povezanih s konzumacijom droga te povećanog rizika od zaraze virusnim hepatitisima i infekcije HIV-om Hrvatski zavod za javno zdravstvo organizorao je fokus grupu kako bi se moglo analizirati trenutno stanje kao i pokušati objediniti prikupljanje podataka i izvještavanje o ovoj problematici među ovisnicima. Na fokus grupi u on-line obliku 27. listopada 2021. godine ispred Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije sudjelovao je medicinski tehničar Tomislav Šokec.

13. Sudjelovanje u regionalnoj edukaciji o resocijalizaciji ovisnika

Hrvatski zavod za javno zdravstvo organizirao je 11. i 12. studenoga 2021. godine u Osijeku regionalnu edukaciju o Projektu resocijalizacije ovisnika o drogama koji su završili neki od programa rehabilitacije i odvikavanja od ovisnosti u terapijskoj zajednici ili zatvorskom sustavu, te ovisnika koji su u izvanbolničkom tretmanu i dulje vrijeme stabilno održavaju apstinenciju i pridržavaju se propisanog načina liječenja. Edukacija je bila organizirana za stručnjake iz Osječko-baranjske, Vukovarsko-srijemske, Brodsko-posavske, Požeško-slavonske i Virovitičko-podravske županije.
Na ovome je skupu aktivno sudjelovao i profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije koji je sa sudionicima edukacije podijelio iskustvo u provedbi resocijalizacije ovisnika u Virovitičko-podravskoj županiji. Virovitičko-podravska županija od početka je uključena u provedbu ovoga Projekta, a periodičnim se edukacijama dodatno osnažuje sustav skrbi o ovisnicima.

14. Sudjelovanje na konferenciji o nasilju

U utorak 16. studenoga 2021. godine u Tehnološko-inovacijskom centru Virovitica održana je konferencija pod nazivom „Nasilje nema opravdanja" u sklopu projekta „Centar za podršku, savjetovanje i osnaživanje" kojega provodi Virovitičko-podravska županija u suradnji s Udrugom S.O.S. Virovitica. Radi se o tematskoj konferenciji ususret 25. studenom, Međunarodnom danu borbe protiv nasilja nad ženama.
Na ovoj konferenciji sudjelovao je i profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije koji je i član Županijskog tima za sprečavanje i borbu protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji u Virovitičko-podravskoj županiji. U Zavodu za javno zdravstvo s problematikom nasilja u obitelji i nasilja nad ženama stručnjaci se najviše susreću prilikom provedbe sudskih mjera liječenja od ovisnosti o alkoholu.

15. Sudjelovanje na stručnom skupu o praćenju pokazatelja za bolesti i smrti povezane s drogom

U srijedu 08. prosinca 2021. godine u Mariji Bistrici je održan stručni skup na temu unapređenja praćenja ključnih epidemioloških pokazatelja za zarazne bolesti i smrti povezane s drogom. Na ovome je skupu sudjelovao Tomislav Šokec, medicinski tehničar u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije

16. Aktivno sudjelovanje na međunarodnom znanstveno-stručnom skupu

Od 9. do 11. prosinca 2021. godine na Hrvatskom katoličkom sveučilištu u Zagrebu održan je 3. međunarodni znanstveno-stručni skup Odjela za psihologiju Hrvatskoga katoličkoga sveučilišta. Tema skupa bila je „Suočavanje s kriznim situacijama – putevi jačanja otpornosti" s posebnim naglaskom na mentalno zdravlje djece i odraslih te različite krizne situacije kroz sva životna razdoblja. Na ovom je prestižnom međunarodnom skupu aktivno sudjelovao i profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije prikazom dviju publikacija. Radi se o vodičima „Kako prevladati ispitnu tjeskobu" autora Siniše Brlasa i Ivane Martinušić i „Kako prevladati stres u radu" autora Siniše Brlasa. Oba su vodiča prilog proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju i odnose se na osnaživanje pojedinaca u kriznim situacijama.
Ispitna situacija vrlo je zahtjevna i često mlade (učenike i studente) dovodi u stanje čuvstvene napetosti, neugode, nemira i tjeskobe, odnosno u stanje frustracije pa i stresa, a to može ozbiljno ugroziti psihički integritet i mentalno zdravlje mladih. Stoga su autori osmislili vodič „Kako prevladati ispitnu tjeskobu" kako bi pomogli učenicima i studentima osvijestiti važnost razvijanja otpornosti na stres i frustraciju u pripremanju za polaganje ispita i poučili ih navikama i vještinama koje im u tome mogu pomoći.

Stres u radu također je prijeteće stanje za mentalno zdravlje, a vodič „Kako prevladati stres u radu" donosi niz praktičnih i međusobno logički povezanih savjeta kojima je cilj očuvanje mentalnog zdravlja sudionika radnog procesa u stresnim i frustrirajućim situacijama povezanih s različitim izvorima stresa u radu (radni uvjeti, međuljudski odnosi, osobine pojedinaca, radni zadatak, radna uloga, radno okruženje, a dotiče se i psihičkog terora na radnom mjestu, tzv. mobbinga).

Oba se ova vodiča tako u potpunosti uklapaju u glavnu temu ovog važnog međunarodnog znanstveno-stručnog skupa koji već treću godinu okuplja vodeće stručnjake iz područja proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju na ovim prostorima.

Oba su vodiča u elektronskom obliku dostupna na www.zzjzvpz.hr, dok je preuređeni vodič o stresu u radu pod nazivom „Kako se nositi sa stresom u radu" dostupan i kod nakladnika Novi redak iz Zagreba.



17. Sudjelovanje na predstavljanju rezultata istraživanja

U petak 10. prosinca 2021. godine u Zagrebu je održan stručni skup na temu „Predstavljanje Studije o analizi terapijskih, zakonodavnih i financijskih pretpostavki i uvjeta za provedbu Pilot projekta uvođenja distribucije supstitucijske terapije metadona i buprenorfina u ljekarnama". Na ovom je skupu sudjelovao profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.

6. Medijska promocija i praćenje

1. Medijska promocija na internetskim portalima

Brojni internetski portali objavljivali su tijekom godine vijesti o aktivnostima Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.

2. Sudjelovanje u radijskoj emisiji Pitomog radija

Profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije u srijedu 13. siječnja 2021. godine sudjelovao je u snimanju radijske emisije Pitomog radija iz Pitomače. Tema emisije iz serijala „Živjeti zdravo" bila je vezana uz aktivnosti Djelatnosti u 2020. godini, s naglaskom na prevenciju ovisnosti i skrb o mentalnom zdravlju, te netom završeni projekt „Nepušenjem protiv ovisnosti – ja sam iz razreda nepušača" i izdane publikacije.

3. Objavljen članak u Virovitičkom listu od 15. travnja 2021. godine

8 | AKTUALNO — 15. TRAVNJA 2021. | ČETVRTAK | VIROVITIČKI LIST

ŽUPANIJA

ODRŽANA DVA PREDAVANJA NA AKTUALNU TEMU

Cijepiti se protiv COVID-19, da ili ne? Apsolutno da!

Ako se nastavi ovim tempom, očekivani mjesec kada bismo imali dovoljnu procijepljenost, a koja iznosi 70 posto odrasle populacije, bio bi prosinac 2022. godine. To sami moramo mijenjati, moramo svi biti spremni i povećati procijepljenost u sljedeća dva mjeseca kako bismo mogli mirnije dočekati ljeto, rekao je dr. M. Venus.



U povodu Svjetskog dana zdravlja, koji se u srijedu, 7. travnja, obilježava diljem svijeta, u Gradskoj knjižnici i čitaonici Virovitica održana su dva predavanja o aktualnoj pandemiji koronavirusa. Prvo predavanje na temu „Cijepiti se protiv COVID-19, da ili ne? Apsolutno da!" održao je ravnatelj Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Miroslav Venus, a drugo predavanje pod nazivom „Koronakriza i mentalno zdravlje" profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije.

- Ako se nastavi ovim tempom, očekivani mjesec kada bismo imali dovoljnu procijepljenost, a koja iznosi 70 posto odrasle populacije, bio bi prosinac 2022. godine. To sami moramo mijenjati, moramo svi biti spremni i povećati procijepljenost u sljedeća dva mjeseca kako bismo mogli mirnije dočekati ljeto. Iznutrino je važno cijepiti što prije velik broj ljudi budući da na taj način štitimo same sebe od teških oblika bolesti, sprječavamo nastanak mutiranih sojeva, stvaramo kolektivnu imunost, a ono najvažnije je da olakšavamo zdravstvenom sustavu i polako stvari vraćamo u staro normalno - istaknuo je ravnatelj Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Miroslav Venus.

Većina ljudi našla se u situaciji kada su se morali odvojiti od svojih bližnjih i provesti vrijeme u samoizolaciji. Upravo je to prema njihovim riječima najveći problem. Kako se s time nositi, odnosno kako ublažiti posljedice koje samoizolacija donosi, objasnio je profesor Siniša Brlas.

IZOLACIJA KAO IZAZOV

- Izolacija je potrebno prihvatiti kao izazov, kao priliku da se posvetimo stvarima kojima se prije nismo mogli baviti zbog brojnih naloga. Možemo razviti svoje vještine, svoja znanja, to je naša najveća pobjeda i iz te situacije zapravo, na neki način, možemo i profitirati. Vrlo važno je zalotiti se za sebe, razmišljati o svemu što možemo promijeniti u našem životu. Često provodimo vrijeme i razmišljamo o drugima, no sada, kada ostanemo sami sa sobom, bolje ćemo se upoznati, a to će dovesti i do osjećaja sreće - dodao je prof. Brlas.

Predavanja su bila otvorena za javnost, ali zbog epidemioloških mjera nazočio je samo manji broj građana. Predavanja su bila snimana i Gradska knjižnica i čitaonica u Virovitici nakon će ih objaviti te će ih svi zainteresirani moći pogledati putem digitalnih platformi.

M. Rajnović

ODRŽANA POČETNA KONFERENCIJA PROJEKTA

Najveći projekt u pc priključak na mrežu

Tin Szabo, Iva Begović
Foto: K. Toplak



Početna konferencija još jednog projekta od iznimnog značaja za cijelu Virovitičko-podravsku županiju i najvećeg u povijesti općine Pitomača održana je u ponedjeljak, 12. travnja, u pitomačkom Centru za kulturu "Drago Britvić". Riječ je o projektu "Sustav odvodnje i pročišćavanje otpadnih voda aglomeracije Pitomača" koji se provodi na području ove općine, a obuhvaća naselja: Pitomača, Grabrovnica, Đurjevac, Kladare, Otrovanec te Stari Gradac.

Početnoj konferenciji nazočili su u ime Ministarstva gospodarstva i održivog razvoja državni tajnik Mario Šiljeg, saborski zastupnici Vesna Bedeković i Josip Đakić, glavni direktor Hrvatskih voda Zoran Đuroković i njegov zamjenik Damir Vukmirić, ravnatelj SAFU-a Tomislav Petrić, virovitičko-podravski župan Igor Andrović i njegov zamjenik Marijo Klement, gradonačelnik Virovitice Ivica Kirin sa zamjenikom Damirom Marenićem, direktor VGO Osijek Hrvatske vode Željko Kovačević, direktorica tvrtke Virkom Tihana Harmund, domaćin – načelnik općine Pitomača Željko Grgačić, predstavnik tvrtke izvođača radova ESOTECH d.d. Marko Škoberne, predstavnik izvođača radova Brana d.o.o. Božidar Slobodnjak, direktor tvrtke Vodakom Pitomača Antonio Vidović i drugi uvaženi gosti.

Riječi dobrodošlice svima je najprije uputio načelnik općine Pitomača Željko Grgačić, koji je tom prigodom izrazio i veliko zadovoljstvo već spomenutim projektom.

Projekt će se provoditi tri godine, a s provedbom je započeo krajem 2020. godine. Sastoji se od nekoliko komponenata, ali tri glavne aktivnosti su izgradnja mreže i priključaka, uređaja za pročišćavanje otpadnih voda i nabava vozila za prijevoz mulja, rekla je Tihana Harmund.

To znači da će oko 10 tisuća građana s područja općine imati pristup ili kanalizaciji ili dobiti priključenost na javnu vodoopskrbnu mrežu, kazao je Đuroković.

- U ovaj projekt aglomeracije Pitomača, za koji su pripreme počele još 2010. godine, uključen sam od prvog dana stoga me posebno sve ovo veseli jer je to ušteno od povijesnog značaja za ovaj kraj. Veseli me i to što će općina Pitomača imati uvjete kakve imaju puno veći gradovi. Sigoran sam da će to puno značiti za naše stanovništvo te još jednom od srca zahvaljujem svima koji su sudjelovali u ovom projektu - rekao je načelnik Grgačić.

Vrijednost projekta iznosi 262.029.576,25 kuna, a najveći udio u sufinanciranju dolazi iz sredstava Europske unije, Operativnog programa Konkurentnost i kohezija 2014.-2020., u iznosu 149.028.803,45 kuna. Ostatak prihvatljivih troškova sufinancirat će se nacionalnim sredstvima u iznosu od 60.594.841,55 kuna.

Projekt je nazočnima predstavila ravnateljica virovitičke tvrtke Virkom Tihana Harmund.

- Nositelj projekta je Virkom, tvrtka koja je preuzela na sebe odgovornost vođenja ovog projekta premotivno radi prisutnosti i dostatnih financijskih i administrativnih kapaciteta, ali i dugogodišnjeg iskustva na realizaciji sličnih aktivnosti. Projekt će se provoditi tri godine, a s provedbom je započeo krajem 2020. godine. Sastoji se od nekoliko komponenata, ali tri glavne aktivnosti su izgradnja mreže i priključaka, uređaja za pročišćavanje otpadnih voda i nabava vozila za prijevoz mulja - rekla je Tihana Harmund.

Pripreme za ovaj projekt počele su 2010. godine, a realizacija se predviđa do 2023. godine. Aglomeracija Pitomača obuhvaća izgradnju i rekonstrukciju sustava odvodnje otpadnih voda i uređaja za pročišćavanja otpadnih voda: kroz Aktivnost 1 – dogradnja sustava odvodnje otpadnih voda aglomeracije Pitomača te Aktivnost 2 – rekonstrukcija i dogradnja postrojenja za pročišćavanje otpadnih voda aglomeracije Pitomača. Aktivnost 1 obuhvatit će tako izgradnju 49.285 metara gravitacijskih kolektora, 15.741 metara tlačnih cjevovoda, izgradnju 29 crpnih stanica, izgradnju 2068 priprema za kućne priključke na sustav odvodnje, kao i 1650 priprema za kućne priključke na sustav vodoopskrbe. Aktivnost 2

OBIŠLI I RADOVE: Na terenu već radi 13 ekipa



Nakon završetka početne konferencije organiziran je i obilazak radova na jednoj od lokacija gradilišta, u Ulici Petra Zrinskog u Pitomači. Radovi su počeli 1. listopada 2020. godine i rapidno napreduju, a to je potvrdio i predstavnik izvođača radova Brana d.o.o. Božidar Slobodnjak.

- Trenutno je 75 ljudi na terenu, a ukupno 13 ekipa je raspoređeno po svim lokacijama same aglomeracije Pitomača. Dio ekipe je u Grabrovnici, u Otrovancu su završeni zemljani radovi, a jedna ekipa već radi na priključcima. Počeli smo radove u Starom Gradcu i Pitomači. U operativnom planu radovi su za sada u rokovima i ne kasne. Do sada je određeno otprilike 30 kilometara trase, kopamo 170 do 200 metara prosječno u danu i s tim ekipama paralelno radimo priključke na kanalizacijske, ali i vodovodne mreže - objasnio je Slobodnjak.

Zadovoljstvo je prilikom obilaska izrazio i Antonio Vidović, direktor tvrtke Vodakom, inače partnera na projektu.

- Virovitička tvrtka Virkom imala je svoje kapacitete i resurse da provede ovaj projekt pa smo u zajedničkoj suradnji kreneli s realizacijom. Što se tiče samih troškova priključka na vodoopskrbu i na odvodnju, trošak krajnjeg korisnika će biti zasta minimalan jer su u provedbi projekta osigurani priključci na vodoopskrbu i odvodnju - rekao je Vidović.

4. Objavljen članak u Glasu Slavonije od 15. rujna 2021. godine



6 GLAS SLAVONIJE Srijeda, 15. rujna 2021.

Novosti

ANALIZA

Gradove vode inženjeri i ekonomisti

Među gradonačelnicima u Hrvatskoj trenutačno dominiraju inženjeri i ekonomisti, a sedam gradova vode doktori znanosti, pokazuje analiza raznine obrazovanja gradonačelnika koju je objavio portal gradonacelnik.hr.
Od ukupno 128 gradonačelnika, njih 94 završilo je fakultet, 20 ih je ostalo na srednjoškolskoj razdoblju, dok je osmi s višom stručnom spremom 14. Za razliku od razdoblja prije desetak godina, kada je među gradonačelnicima bio samo jedan doktor znanosti, danas ih je sedam, a još jedan priprema obranu doktorata, navodi se u analizi. Portal gradonacelnik.hr istražio je obrazovanja, odnosno zvanja i zanimanja kojima su se bavili gradonačelnici prije nego što su završili na sadašnjoj upravljačkoj poziciji.
Tako se kao najučestalija zanimanja s visokom stručnom spremom tradicionalno spominju ekonomisti i pravnici, unutar gradonačelničke populacije trenutačno dominiraju oni čija je naobrazba s tehničkih ili tehnoloških područja. Drugim riječima, najviše je inženjera, 35, i to ponajprije s područja agronomije, elektrotehnike, građevine, prometa i šumarstva te radiologije, geodezije i arhitekture. Zatim slijede ekonomisti kojih je 28, pri čemu su najbrojniji oni s visokom stručnom spremom, a među njima su i tri doktora znanosti. Među gradonačelnicima je i 12 tehničara s raznih područja (zubarski, kemijski, elektro, strojarski, vatrogasni, za računarstvo...), kao i profesora, odnosno nastavnika (hrvatskoga jezika i književnosti, povijesti, fizike, tjelesnog i glasbenog odgoja..). Liječnika je osam, politologa pet, a toliko je i pravnika. Osim diplomiranih pravnika, tu je i dvoje upravnih pravnika te jedan upravni referent. Među gradonačelnicima su također i tri veterinara, po dva kriminalista, informatičara, poslovna menadžera i teologa, a ostale u skupini čine još i sociolog/kroatolog, komunikacijsko-informacijski stručnjak, suradnik u primijenjenoj znanosti, stomatolog, fizioterapeut, ugostitelj, tekstilni radnik, zapovjednik broda i kuhar. H ■

MENTALNO ZDRAVLJE U PANDEMIJI

Dvostruko više odraslih ima simptome depresije

Koronavirus će trajati puno kraće od tinjajuće pandemije mentalnih bolesti

Vladimir GRGURIĆ

Stručnjaci upozoravaju da bi zbog pandemije koronavirusa u skorašnjoj budućnosti mogao rasti broj ovisnika. "Ono u čemu je pandemija dala negativan doprinos jest ukupan broj ovisnika za koji se pretpostavlja da će u idućem razdoblju biti u porastu", kaže profesor Siniša Brlas, psiholog, stručnjak iz virovitičkog Zavoda za javno zdravstvo "Sveti Rok".

Strah i zabrinutost

"Ovisnici koji su ionako u povećanom riziku od razvoja tjeskobe, pa i depresivnih simptoma, sada su još više ugroženi jer se za njih povećava rizik da tjeskobu odluče sanirati pijenjem alkohola ili uzimanjem sredstava koja izazivaju ovisnost. Kako se ovisnost kao bolest ipak razvija neko vrijeme, amatram kako će se nepovoljni aspekti ovakvog razvoja događaja tek manifestirati s vremenskim odmakom. Istraživanja u pojedinim europskim državama već pokazuju da u tijeku pandemije gotovo dvostruko više odraslih prijavljuje simptome depresije u odnosu prema razdoblju prije pandemije koronavirusa.

Svaki peti ispitanik, a to je 20 posto osoba, u ovim je istraživanjima prijavio negativne promjene u apetitu, gubitak interesa za normalne životne aktivnosti koje su ga prije činile zadovoljnim, poteškoće u koncentraciji i ostale teškoće u nizu svakodnevnih oblika djelovanja i ponašanja, a u ovisničkoj je populaciji moguće taj omjer i nepovoljniji", kaže prof. Brlas te naglašava kako je teško reći je li pandemija povećala broj ovisnika jer ona još uvijek traje.

Brlas: Ovisnici koji su ionako u povećanom riziku od razvoja tjeskobe, sada su još više ugroženi

"Nepovoljni se učinci ovakvih kolektivnih trauma obično počnu manifestirati kasnije, s vremenskim odmakom. Ako promotrimo tuđa iskustva, dosadašnja praćenja i istraživanja upućuju na to da koronavirus izaziva znatan stupanj straha i zabrinutosti u široj populaciji, a osobito među određenim ranjivim skupinama poput starijih osoba i ljudi s već narušenim zdravljem, među kojima su i ovisnici. Sve to dovodi do evidentirane povećane stope anksioznosti i stresa, depresije, prekomjernog pijenja alkohola i zlouporabe različitih sredstava ovisnosti, pa i do suicidalnih misli i postupaka. Istraživanja koja su se provodila nakon katastrofalnih posljedica uragana pokazuju kako se nakon ovakvih kolektivnih trauma razvijaju mentalne bolesti i povećava se zlouporeba sredstava ovisnosti, pa nas ne treba iznenaditi ako se slične nepovoljne okolnosti pokažu i kao posljedica pandemije ovakvih zaraznih bolesti", kaže Brlas te naglašava kako sve to predstavlja iznimnu ugrozu i mentalnog i tjelesnog zdravlja. "I da stvar bude gora, sve te posljedice kolektivnih trauma mogu potrajati i desetljeće, pa i dulje nakon što trauma prođe. Tada se razvijaju simptomi posttraumatskog stresnog poremećaja koji se često kasno prepoznaju, a dugo se i mukotrpno sanjaju", dodaje Brlas. Ipak, navodi kako je pandemija stručnjacima pomogla osvijestiti kapacitete koje imaju u nošenju s ovakvim problemima.

Dostupna usluga

"Psihologija je kao struka među prvima reagirala prepoznavši prostor za djelovanjem u području skrbi o mentalnom zdravlju ljudi i odmah je odgovorila ovom izazovu stavljajući svoje ljudske i stručne kapacitete na raspolaganje građanima. Psihološka prva pomoć na daljinu (telefonskim putem) dostupna je svima kojima je potrebna, i to u ovim županijama", objašnjava Siniša Brlas i tumači kako su hrvatski psiholozi otišli i korak dalje, pa su u iznimno kratkom roku kreirali i objavili priručnik pod nazivom "Koronavirus i mentalno zdravlje: psihološki aspekti, savjeti i preporuke". Način izrade priručnika prilagođen je situaciji, pa je priručnik u svojevrsnom trajnom nastajanju.
"Tekstovi su pisani tako da ih mogu koristiti i stručnjaci, ali i svi građani zainteresirani za skrb o mentalnom zdravlju u ovom izazovnom vremenu koronavirusa. Izdavač ovog priručnika je Hrvatska psihološka komora, koja je u kratkom vremenu uspjela koordinirati i psihološku pomoć građanima na daljinu, ali i izradu ovoga priručnika. Ovo samo pokazuje koliko je psihologija kao jedna od najvažnijih pomažućih struka socijalno i društveno osjetljiva, prilagodljiva situacijii i uvijek na usluzi građanima", kaže ovaj priznati hrvatski stručnjak. "Prilagodivali smo se ovim okolnostima u hodu, tako da smo ipak imali kontinuitet u preventivnim aktivnostima te smo relativno uspješno u danim okolnostima nastavili i s nacionalnim programom 'Zdrav za pet' i s našim županijskim projektom 'Nepuf-njem protiv ovisnosti - ja sam iz razreda nepušača'. Najmanje je trpio neposredni rad s našim klijentima jer smo, pridržavajući se svih epidemioloških mjera, nastavili sa savjetodavnim i terapijskim radom kako bi naši klijenti imali stalno dostupnu uslugu", kaže Brlas. Upozorava kako će pandemija koronavirusa trajati vjerojatno puno kraće od već sada tinjajuće pandemije mentalnih bolesti koje će se tek početi manifestirati. ■

Profesor Siniša Brlas

PROAKTIVNA SKRB

Primjer pristupa prevenciji ovisnosti u doba koronakrize je i preventivni program koji će se pod nazivom "Kako ne utopiti mladost u alkoholu" od 2021. do 2023. godine provoditi u Virovitičko-podravskoj županiji, a upravo u kontekstu povećanih rizika i od zlouporebe alkohola. Sve se te aktivnosti stavljaju u kontekst proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju ljudi, pa je tako i prevencija ovisnosti zapravo dio cjelovite skrbi o mentalnom zdravlju, kaže Brlas.

5. Sudjelovanje u radijskoj emisiji „Informativka"

Profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije u srijedu 22. rujna 2021. godine sudjelovao je u snimanju radijske emisije Informativnog centra Virovitica (emitiranje u četvrtak 23. rujna 2021. godine u 18.15 sati). Tema emisije iz serijala „Informativka" bila je vezana uz preventivni program „Kako ne utopiti mladost u alkoholu" koji će se od 2021. do 2023. godine provoditi u Virovitičko-podravskoj županiji.



6. Objavljen članak u Virovitičkom listu od 28. listopada 2021. godine



VIROVITIČKI LIST I ČETVRTAK I 28. LISTOPADA 2021.

VIROVITIČKI TIC UGOSTIO EDUKATORE

Preventivnim aktivnostima žele educirati mlade o štetnosti alkohola

Ena A. Tarkalj

Temelj aktivnosti ovog preventivnog programa je specifična edukacija učenika i mladih u našoj županiji o štetnosti pijenja alkohola, predrostima nepijenja i rizicima koji mogu proizaći iz pijenja alkohola, objasnio je S. Brlas.

U Tehnološko-inovacijskom centru Virovitica u srijedu, 20. listopada, održan je stručni skup edukatora u okviru preventivnog programa „Kako ne utopiti mladost u alkoholu" koji provodi Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije u suradnji s partnerima i suradnicima iz znanstvenih i odgojno-obrazovnih ustanova, policije te klubova liječenih alkoholičara iz Virovitice i Slatine.

Voditelj programa i psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije Siniša Brlas pozdravio je okupljene te rekao nešto više o programu koji je u natječajnom postupku odobrilo Ministarstvo zdravstva te koji će se provoditi do 2023. godine, kao i o njegovim ciljevima.

- Temelj aktivnosti ovog preventivnog programa je specifična edukacija učenika i mladih u našoj županiji o štetnosti pijenja alkohola, predrostima nepijenja i rizicima koji mogu proizaći iz pijenja alkohola. Provođenje programa smo zamislili na način da se formiraju timovi edukatora koji će provoditi aktivnosti u odgojno-obrazovnim ustanovama, poseban u zajednici, a ova današnja edukacija je edukacija potencijalnih edukatora - objasnio je S. Brlas.

Okupljene je tom prigodom pozdravila i ravnateljica TIC-a Ivana Nemet, a potom je riječ o važnosti ove edukacije rekla i Martina Bunić, pročelnica Upravnog odjela za obrazovanje i demografiju Virovitičko-podravske županije.

Siniša Brlas govorio je o programu "Kako ne utopiti mladost u alkoholu"

- Mi se u Upravnom odjelu u posljednje vrijeme neprestano bavimo projektima izgradnje i rekonstrukcije i sanacije odgojno-obrazovnih ustanova, trenutno ih 7% nad kojima imamo ovlaštenja gradnje. Vjerujem da su nam najhitniji učenici, oni koji pohađaju te odgojno-obrazovne ustanove pa bi mi bilo drago da i vi shvatite koliki je vaš značaj i koliko je vrijednost vašeg rada u razvijanju svih tih učenika, pogotovo onih s rizičnim ponašanjem. Nadam se da će vam ova današnja edukacija pomoći u svemu tome, želim vam puno uspjeha u ovom i budućem radu - rekla je okupljenima M. Bunić.

Tijekom edukacije edukatori su imali priliku preslušati i sudjelovati u predavanjima gostiju predavača. Mag. soc. ped. Sabina Bunić održala je predavanje „Rizična ponašanja mladih: alkohol i funkcioniranje mladih", prof. dr. sc. Željko Marušić govorio je o alkoholu i mladima u prometu, a mr. sc. Dubravko Klarić kroz predstavljanje svoje knjige „Samoranjeno nasilje" o problemu alkohola i nasilja.

7. Objavljen članak u Virovitičkom listu od 25. studenoga 2021. godine



VIROVITIČKI LIST I ČETVRTAK I 25. STUDENOGA 2021. AKTUALNO | 9

ZLATNI GRB HRVATSKOG PSIHOLOŠKOG DRUŠTVA

Psiholog Siniša Brlas dobitnik najuglednije nagrade za doprinos struci

Virovitički psiholog Siniša Brlas dobitnik je nagrade Zlatni grb Hrvatskog psihološkog društva za 2020. godinu. Riječ je o najuglednijoj nagradi za doprinos struci koja Društvo dodjeljuje godišnje samo jednom psihologu ili psihologinji za koje se procijeni da su dali osobito vrijedan doprinos psihologiji kao struci, a ovogodišnja nagrada je dobitniku uručena u srijedu, 10. studenoga u Zagrebu na otvaranju 28. godišnje konferencije hrvatskih psihologa.

Psiholog Siniša Brlas radi u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok" Virovitičko-podravske županije, u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja. Prethodno je radio kao stručni suradnik psiholog i nastavnik u osnovnim i srednjim školama, kao psiholog u sustavu socijalne skrbi i u policiji, kao predavač visoke škole te u sustavu obrazovanja odraslih. Bio je član stručnoga tima Ureda za suzbijanje zlouporabe droga Vlade Republike Hrvatske za izradu Nacionalne strategije suzbijanja zlouporabe droga, također i dugogodišnji suradnik Agencije za odgoj i obrazovanje, a član je više savjeta i povjerenstava Virovitičko-podravske županije. Napisao je više knjiga u području prevencije i suzbijanja ovisnosti i proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju, autor je i jedinog rječnika ovisnosti u ovome dijelu Europe.

V. I.

7. Zaključno i ukratko o radu Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja

Godinu 2021. obilježili su izazovi u provedbi prvenstveno preventivnih aktivnosti. Usprkos tome, Djelatnost za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja provela je uspješno aktivnosti u prvoj godini preventivnog programa „Kako ne utopiti mladost u alkoholu" i nastavljeno je s provedbom programa „Zdrav za pet" u Virovitičko-podravskoj županiji. Publicirane su nove publikacije, a provedeno je iznimno mnogo predavanja i radionica, većinom u školama i na fakultetima. Sudjelovanje na stručnim i znanstvenim skupovima bilo je ponešto reducirano, upravo zbog ograničenja vezanih uz pandemiju koronavirusa, te su se skupovi velikim dijelom održavali virtualno. Organizacija rada u Djelatnosti pokazala se prilagodljivom izazovima vremena tako da je skrb korisnicima uvijek bila dostupna u primjerenom opsegu i kvaliteti usluge.