



Služba za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti

Odjel za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje

Godišnjak za 2023. godinu

Izradio voditelj Odjela

Siniša Brlas

PROFESOR PSIHOLOGIJE

SADRŽAJ

	Stranica
1. Statistički podaci o klijentima u Odjelu za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje (indicirana prevencija ovisnosti)	3
2. Stručni tim Službe za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti i Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje	5
3. Preventivne aktivnosti Odjela unutar univerzalne i selektivne prevencije ovisnosti i zaštite mentalnog zdravlja: predavanja, tribine i radionice	6
4. Suradnja, projekti i programi, javnozdravstveno djelovanje, obilježavanje značajnih datuma i izdavačke aktivnosti Odjela	11
5. Sudjelovanje na stručnim, znanstvenim i ostalim skupovima	38
6. Medijska promocija i praćenje rada Odjela	47
7. Zaključno i ukratko o radu Odjelu za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje	50

1. Statistički podaci o klijentima u Odjelu za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje (indicirana prevencija ovisnosti)

Tablica 1. Ukupan broj svih klijenata u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja od 2007. do 2022. godine (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
2022.	118

Tablica 2. Ukupan broj svih klijenata u Odjelu za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje od 2023. godine (po godinama)

Godina	Broj klijenata	Muških	Ženskih
2023.	111	71	40

Tablica 3. Ukupan broj ovisnika (uključeno je i mentalno zdravlje) u Odjelu za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje tijekom 2023. godine

Godina	Ukupan broj ovisnika	Marihuana, sintetski kanabinoidi	Opijati, MTD, BUP	Alkohol	AMP, MDMA, BZO, KOK, HAL	Kockanje i mentalno zdravlje
2023.	76	9	24	30	4	9

Tablica 4. Prirast novopridošlih ovisnika (uključeno je i mentalno zdravlje) u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja od 2005. do 2022. godine (kumulativni podaci)

Do konca	Ukupan broj ovisnika	Marihuana, sintetski kanabinoidi	Opijati, MTD, BUP	Alkohol	AMP, MDMA, BZO, KOK, HAL	Kockanje i mentalno zdravlje
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
2022.	726	196	83	322	26	99

Tablica 5. Prirast novopridošlih ovisnika (uključeno je i mentalno zdravlje) u Odjelu za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje od 2023. godine (kumulativni podaci)

Do konca	Ukupan broj ovisnika	Marihuana, sintetski kanabinoidi	Opijati, MTD, BUP	Alkohol	AMP, MDMA, BZO, KOK, HAL	Kockanje i mentalno zdravlje
2023.	753	198	86	337	27	105
	Novih: 27 (22 M, 5 Ž)	Novih: 2 (2 M, 0 Ž)	Novih: 3 (3 M, 0 Ž)	Novih: 15 (13 M, 2 Ž)	Novih: 1 (0 M, 1 Ž)	Novih: 6 (4 M, 2 Ž)

Tablica 6. Trend kretanja broja ovisnika u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja od 2005. do 2022. godine (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 prirasta
2007.-2008.	+23,4%	+14,3%	+14,7%	+53,3%	+66,7%	nema prirasta
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 prirasta	+15,2%
2012.-2013.	+12,6%	+9%	+5,1%	+19,4%	nema prirasta	+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 prirasta	+9%
2016.-2017.	+4,4%	+3,5%	+5,6%	+5,1%	nema prirasta	+4,1%
2017.-2018.	+5,8%	+9,5%	+1,3%	+5,9%	nema prirasta	+3,9%
2018.-2019.	+5,1%	+7,5%	+1,3%	+4,9%	nema prirasta	+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%
2021.-2022.	+2,7%	+3,2%	nema prirasta	+2,5%	+8,3%	+3,1%

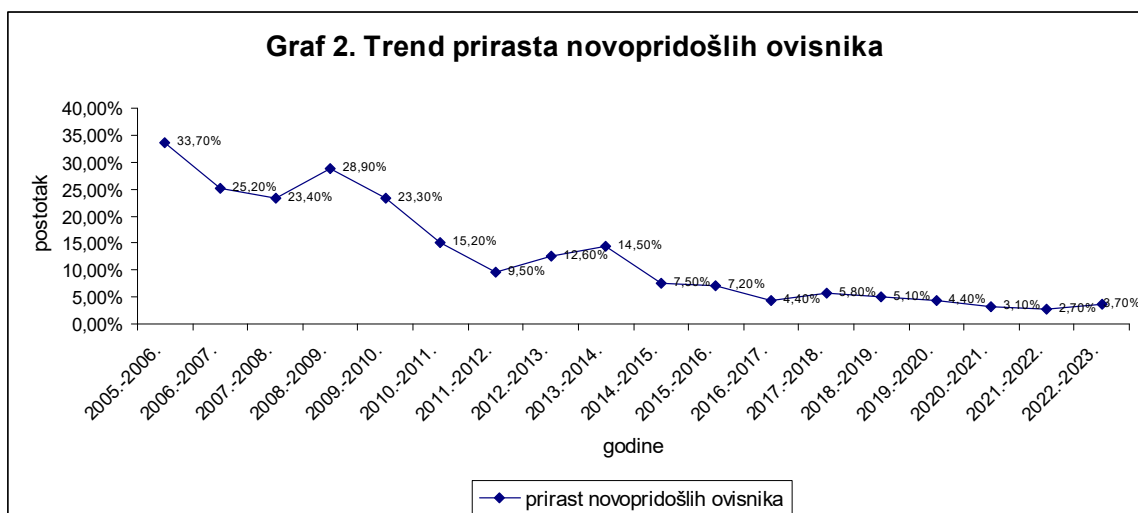
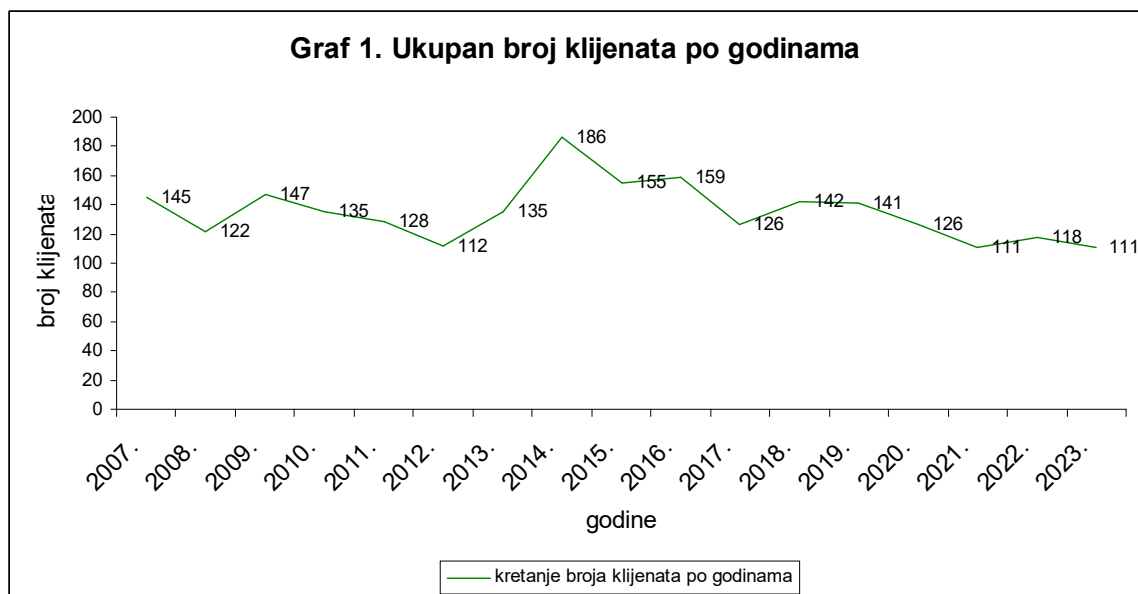
Tablica 7. Trend kretanja broja ovisnika u Odjelu za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje od 2023. godine (prirast u odnosu na prethodnu godinu, postoci)

Razdoblje	Ukupan broj ovisnika	Marihuana, sintetski kanabinoidi	Opijati, MTD, BUP	Alkohol	AMP, MDMA, BZO, KOK, HAL	Kockanje i mentalno zdravlje
2022.-2023.	+3,7%	+1%	+3,6%	+4,7%	+3,8%	+6,1%

Legenda za sve tablice:

THC – tetrahydrokanabinol (marihuana, hašiš)
 KOK – kokain
 BZO – benzodijazepini (pojedini lijekovi)
 AMP – amfetamini (speed i sl.)

MDMA – metilendioksimetamfetamin (ecstasy)
 HAL – halucinogene droge (LSD i sl.)
 MTD – metadon
 BUP – buprenorfin



2. Stručni tim Službe za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti i Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje

Od 2023. godine odlukom Upravnog vijeća Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije Djelatnost za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja preimenovana je u **Službu za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti**, s **Odjelom za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje** kao unutarnjom ustrojstvenom jedinicom Službe.

Stručni tim **Službe za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti**:

1. **prim. dr. sc. Sanea Mihaljević**, dr. med. spec. psihijatar, voditeljica Službe
2. **Siniša Brlas**, profesor psihologije
3. **Tomislav Šokec**, medicinski tehničar

Stručni tim **Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje**:

4. **Siniša Brlas**, profesor psihologije, voditelj Odjela
5. **Tomislav Šokec**, medicinski tehničar

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

VELJAČA

1. **Radionica za učenike srednje škole**

U petak 03. veljače 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike Srednje škole Bartola Kašića Grubišno Polje.

2. **Radionica za učenike osnovne škole**

U ponedjeljak 06. veljače 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike Osnovne škole Vladimira Nazora Nova Bukovica (učenici 5. i 6. razreda).

3. **Radionica za učenike osnovne škole**

U ponedjeljak 06. veljače 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike Osnovne škole Vladimira Nazora Nova Bukovica (učenici 7. i 8. razreda).

4. **Predavanje za učenike srednje škole**

U srijedu 08. veljače 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

5. **Predavanje za učenike srednje škole**

U srijedu 08. veljače 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

6. **Predavanje za učenike srednje škole**

U srijedu 08. veljače 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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“.

7. **Radionica za učenike osnovne škole**

U petak 17. veljače 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike šestoga razreda Osnovne škole Ivane Brlić Mažuranić Virovitica.

8. **Radionica za učenike osnovne škole**

U petak 17. veljače 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike šestoga razreda Osnovne škole Antuna Gustava Matoša Čačinci.

9. **Predavanje za stručnjake**

U petak 24. veljače 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je predavanje pod nazivom „Mjesto i uloga psihologije u interdisciplinarnom kontekstu borbe protiv ovisnosti“ stručnjacima na konferenciji „Interdisciplinarnost kao resurs – sinergija i suradnja stručnjaka za otpornije i održivo društvo“ koja je održana u Vodicama.

OŽUJAK

10. **Radionica za učenike osnovne škole**

U petak 03. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike petoga razreda Osnovne škole „August Cesarec“ Špišić Bukovica.

11. Radionica za učenike osnovne škole

U petak 03. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike šestoga razreda Osnovne škole „August Cesarec“ Špišić Bukovica.

12. Predavanje za učenike srednje škole

U srijedu 08. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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“.

13. Predavanje za roditelje učenika osnovne škole

U srijedu 08. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je predavanje na temu „Važnost organizacije slobodnog vremena za rast i razvoj mladih“ roditeljima učenika šestog razreda na zajedničkom roditeljskom sastanku u Osnovnoj školi Ivane Brlić Mažuranić Virovitica.

14. Predavanje za učenike srednje škole

U srijedu 15. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

15. Predavanje za učenike srednje škole

U petak 17. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

16. Predavanje za učenike srednje škole

U ponedjeljak 20. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je predavanje o kockanju pod nazivom „Kockanje mladih: opasnost skrivena u zabavi“ za učenike drugoga razreda Srednje škole Stjepana Sulimanca u Pitomači u okviru programa „Zdrav za 5“ (prva skupina učenika).

17. Predavanje za učenike srednje škole

U ponedjeljak 20. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje i studentica psihologije na praksi Sanja Lješćak održali su predavanje o kockanju pod nazivom „Kockanje mladih: opasnost skrivena u zabavi“ za učenike drugoga razreda Srednje škole Stjepana Sulimanca u Pitomači u okviru programa „Zdrav za 5“ (druga skupina učenika).

18. Predavanje za učenike srednje škole

U srijedu 22. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

19. Predavanje za učenike srednje škole

U srijedu 22. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

20. Predavanje za učenike srednje škole

U petak 24. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

21. Radionica za učenike osnovne škole

U petak 24. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike petoga i šestoga razreda Katoličke osnovne škole Virovitica.

22. Radionica za učenike osnovne škole

U ponedjeljak 27. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje i studentica psihologije na praksi Sanja Lješćak održali su radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike sedmoga i osmoga razreda Katoličke osnovne škole Virovitica.

23. Tribina za studente

U utorak 28. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je predavanje pod nazivom „Proaktivna skrb o mentalnom zdravlju“ studentima Veleučilišta u Virovitici na tribini o mentalnom zdravlju studenata koja je održana u Studentskom domu Virovitica.

24. Predavanje za učenike srednje škole

U srijedu 29. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

25. Predavanje za učenike srednje škole

U četvrtak 30. ožujka 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

TRAVANJ

26. Radionica za učenike srednje škole

U srijedu 05. travnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je uvodno predavanje u radionicu o pušenju duhanskih proizvoda za učenike Srednje škole Bartola Kašića Grubišno Polje. Sudjelovali su i psihijatrica Sanea Mihaljević i medicinski tehničar Tomislav Šokec.

27. Predavanje za sudionike edukacije

U četvrtak 20. travnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje i voditelj projekta „Suradnjom do trijeznog suživota“ održao je predavanje o tijeku projektnih aktivnosti sudionicima edukacije koja je provedena u okviru projekta.

28. Predavanje za učenike srednje škole

U petak 21. travnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

29. Predavanje za učenike srednje škole

U petak 21. travnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

30. Radionica za učenike osnovne škole

U srijedu 26. travnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike sedmoga razreda Osnovne škole Josipa Kozarca Slatina (prva skupina učenika).

31. Radionica za učenike osnovne škole

U srijedu 26. travnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike sedmoga razreda Osnovne škole Josipa Kozarca Slatina (druga skupina učenika).

32. Predavanje za učenike srednje škole

U petak 28. travnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

SVIBANJ

33. Predavanje za učenike srednje škole

U srijedu 10. svibnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

34. Predavanje za učenike srednje škole

U srijedu 10. svibnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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“ (druga skupina učenika).

35. Predavanje za učenike srednje škole

U petak 12. svibnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

36. Predavanje za učenike srednje škole

U srijedu 17. svibnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

37. Tribina za učenike osnovne škole

U srijedu 24. svibnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je tribinu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike od petog do osmog razreda Osnovne škole „Davorin Trstenjak“ Čačavica..

LIPANJ

38. Predavanje za učenike srednje škole

U srijedu 07. lipnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje 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).

39. Radionica za učenike osnovne škole

U ponedjeljak 12. lipnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje održao je radionicu o suzbijanju vršnjačkog nasilja za učenike sedmog i osmog razreda Osnovne škole Mikleuš.

LISTOPAD

40. Predavanje za stručnjake

U petak 06. listopada 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije održao je predavanje o mentalnom zdravlju u okviru Psihošpancira u Čakovcu.

41. **Predavanje za stručnjake**

U subotu 07. listopada 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije održao je predavanje „Proaktivna skrb o mentalnom zdravlju“ na stručnom skupu „Šah i mentalno zdravlje“ u okviru šahovskog turnira povodom Svjetskog dana mentalnog zdravlja u Virovitici.

STUDENI

42. **Predavanje za stručnjake**

U petak 10. studenoga 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije održao je predavanje „Mjesto i uloga psihologije u borbi protiv ovisnosti“ u okviru konferencije psihologa u Zagrebu.

43. **Predavanje za stručnjake**

U petak 10. studenoga 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije održao je predavanje „Proaktivna skrb o mentalnom zdravlju“ u okviru konferencije psihologa u Zagrebu.

44. **Predavanje za nastavnike**

U utorak 28. studenoga 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije održao je u Gimnaziji Petra Preradovića Virovitica predavanje o rezultatima istraživanja o ovisničkim ponašanjima učenika virovitičke Gimnazije tijekom proteklih 40 godina. U predavljanju je sudjelovala i psihologinja Sanja Lješćak.

45. **Tribina za studente**

U utorak 28. studenoga 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije održao je tribinu o mentalnom zdravlju za studente Studentskog centra Virovitica.

PROSINAC

46. **Predavanje za građane**

U srijedu 13. prosinca 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije održao je u Gradskoj knjižnici i čitaonici Virovitica za građane predavanje o mentalnom zdravlju.

47. **Predavanje za roditelje učenika osnovne škole**

U četvrtak 14. prosinca 2023. godine profesor Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije održao je predavanje na temu „Nove ovisnosti; rizici za mlade, izazovi za sve“ roditeljima učenika šestog razreda na zajedničkom roditeljskom sastanku u Osnovnoj školi Vladimir Nazor Virovitica.

48. **Predavanje za studente**

U srijedu 20. prosinca 2023. godine profesor Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije gostovao je na Sveučilištu u Osijeku gdje je na Filozofskom fakultetu studentima psihologije održao stručno predavanje o prevenciji i suzbijanju ovisnosti te proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju.

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

1. Objavljen Godišnjak za 2022. 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 2022. godinu (Godišnjak za 2022. 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 2022. godine.

2. Objavljen tekst u medijima o prevenciji, suzbijanju ovisnosti i proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju u Virovitičko-podravskoj županiji u 2022. godini

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 pod nazivom „Godišnjak za 2022. godinu“. Izvješće obuhvaća aktivnosti Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije u području prevencije i suzbijanja ovisnosti te proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju tijekom 2022. godine. Statistički pokazatelji upućuju na smanjivanje prirasta ukupnog broja ovisnika u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije. To znači da broj novopridošlih klijenata, dakle onih koji su se prvi puta javili u tretman, opada u posljednjih desetak godina. Posljedica je to sve boljeg obuhvata osoba koje su u potrebi za pomoći, ali i učinkovitih preventivnih aktivnosti koje se kontinuirano provode na području županije i koje su rezultirale manjim brojem ovisnika u tretmanu. U narednom višegodišnjem razdoblju ne može se isključiti i porast broja ovisnika kao posljedicu pandemije koronavirusa. Trendovi u Europi upućuju na porast zloupotrebe psihostimulansa (u prvom redu amfetamina, kokaina i marihuane), a smanjivanje konzumiranja opojnih droga (kao što je heroin). Ovakav je trend uočljiv i u našoj županiji, pa je u 2022. godini bio relativno najveći prirast upravo osoba koje su uzimale psihostimulativne droge i onih koji su uzimali marihuanu, dok nije bilo novih klijenata koji su uzimali opojne droge. Ovome treba pridodati i značajan broj liječenih alkoholičara odnosno osoba koje imaju problem s prekomjernim pijenjem alkohola koje su u tretmanu u Zavodu. Iako u relativnom prirastu oni u 2022. godini nisu dominantni, u apsolutnom su broju oni najzastupljenija populacija klijenata u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja. U Zavod se javljaju i osobe s teškoćama s mentalnim zdravljem te problematični i patološki kockari, ali njihov broj nije velik. Od početka rada s ovisnicima 2000. godine pa do konca 2022. godine u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije evidentirano je ukupno 726 osoba u tretmanu (većinom su to ovisnici o različitim sredstvima ovisnosti, a u manjem broju i osobe s teškoćama u mentalnom funkcioniranju). Klijenti su uglavnom s područja Virovitičko-podravske županije, ali se našim stručnjacima za pomoć javljaju i osobe iz ostalih krajeva Republike Hrvatske, pa čak i iz inozemstva. Posebno je važno područje djelovanja prevencija ovisnosti i ostalih rizičnih ponašanja. Provode se preventivni projekti i programi kojima se osiguravaju i financijska sredstva za raznolike aktivnosti. Godinama se već provodi program „Zdrav za pet“ u osnovnim i srednjim školama, u 2022. godini nastavljeno je i s provedbom trogodišnjeg preventivnog programa „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“, a započeta je i provedba novog projekta „Suradnjom do trijeznog suživota“. Osim što se osnažuju kapaciteti stanovnika za odupiranje rizicima i afirmira se njihovo zdravlje, ovakvim se pristupom osnažuje i suradnja s ostalim dionicima međusektorske suradnje u prevenciji i suzbijanju ovisnosti te proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju. Razvija se i suradnja s različitim sveučilištima i fakultetima na kojima stručnjaci Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja studente informiraju o iskustvima iz Virovitičko-podravske županije u prevenciji i suzbijanju ovisnosti te skrbi o mentalnom zdravlju. Nastavljena je i izdavačka aktivnost Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije, stručnjaci Zavoda aktivno sudjeluju na stručnim i znanstvenim skupovima o ovisnostima i mentalnom zdravlju, svoja znanja i iskustva uspješno razmjenjuju s domaćim i stranim stručnjacima te potiču daljnju suradnju u borbi protiv ovisnosti i u skrbi o

mentalnom zdravlju. Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravške županije prepoznat je odavno kao jedan od vodećih zavoda u ovome području te čini stalne kvalitativne iskorake u stručnom radu na županijskoj, državnoj, ali i na međunarodnoj razini. Godišnjak i ostale publikacije u izdanju Zavoda u elektronskom su obliku dostupni na www.zzjzvpz.hr.



3. Preventivni program „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ ulazi u završnu godinu provedbe

Nakon uspješno provedene prve i druge godine preventivnog programa „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ koji se od 2021. do 2023. godine provodi među mladima u Virovitičko-podravskoj županiji, započela je i treća odnosno završna godina provedbe. Prethodnu su godinu obilježile aktivnosti na sustavnoj i obuhvatnoj specifičnoj edukaciji mladih u našoj županiji o rizicima pijenja alkohola, a tako će se nastaviti i u 2023. godini. Edukaciju provode stručnjaci Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravške županije (koji je nositelj programa), Policijske uprave Virovitičko-podravske te udruženja klubova liječenih alkoholičara iz Virovitice i Slatine koji su partneri u ovome programu.

Cilj programa 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 programom biti osnažena i međusektorska suradnja u prevenciji i suzbijanju ovisnosti i rizičnih ponašanja mladih. Sustavom praćenja procesa i ishoda te supervizijom vodi se računa o tome da sve aktivnosti budu učinkovite te da mladi i zajednica od programa imaju maksimalnu korist za zdravlje ljudi, ali i da se poveća sigurnost u prometu. Upravo su preliminarni statistički pokazatelji evaluacije do sada provedenih aktivnosti i pokazali da je provedena edukacija dobro kapacitirala učenike potrebnim informacijama i znanjima koje oni mogu koristiti za donošenje ispravnih odluka u životu, pokazali su i da je program dizajniran tako da u iznimno visokoj mjeri udovoljava očekivanjima dionika koji u suradnji provode edukaciju mladih pa suradnici smatraju kako je korisno nastaviti međusektorsku suradnju u prevenciji i ostalih rizičnih ponašanja mladih, što je važan pokazatelj i pretpostavka njihove namjere sudjelovanja i u možebitnim novim preventivnim projektima i programima. Osim toga, neovisni vanjski evaluator zaključio je da je program u 2022. godini potvrdio dosadašnje aktivnosti Zavoda te je pridonio njegovom već vrlo velikom ugledu u znanstvenoj, stručnoj i općoj javnosti, zatim da je program u svojoj drugoj godini provedbe u potpunosti ostvario postavljene ciljeve te da sve dostupne informacije ukazuju na vrlo zavidnu razinu kvalitete organiziranih i provedenih aktivnosti.

Sve to pokazuje da je program „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ koji je osmišljen u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravške županije, a financiran je od strane Ministarstva zdravstva, usklađen s Europskim standardima kvalitete u provedbi preventivnih aktivnosti među djecom i mladima te da njegova provedba uspješno udovoljava visokim standardima kvalitete u prevenciji i suzbijanju ovisnosti.

Aktivnosti u drugoj godini provedbe programa opisane su u posebnoj publikaciji o programu koja je, kao i ostale publikacije Zavoda, dostupna na web stranici Zavoda (https://www.zzjzvpz.hr/hr/sadržaj/knjiznica/knjige/publikacija_uz_projekt_2022.pdf).



4. **Zavod za javno zdravstvo novu godinu započinje s novim preventivnim projektom**

Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije dulji niz godina učinkovito provodi preventivne projekte i programe u području borbe protiv ovisnosti, a novu 2023. godinu započinje i s novim projektom pod nazivom „Suradnjom do trijeznog suživota“. Sam naziv ovoga projekta dovoljno je sugestivan da se može zaključiti kako se radi o prevenciji ovisnosti o alkoholu odnosno alkoholizma te alkoholom uzrokovanih poremećaja među stanovnicima naše županije.

U natječajnom postupku Ministarstvo zdravstva Republike Hrvatske prihvatilo je projektni prijedlog Zavoda za javno zdravstvo koji će u suradnji s partnerima (udruženjima klubova liječenih alkoholičara iz Virovitice i Slatine) tijekom 2023. godine osnažiti stručne kapacitete klubova liječenih alkoholičara kako bi oni bili što učinkovitija podrška liječenju alkoholičara.

Alkoholizam je jedan od najvećih javnozdravstvenih problema i veliki je stručni i javni izazov svima koji se suprotstavljaju ovome problemu. Sustav klubova liječenih alkoholičara jedan je od najučinkovitijih oblika pomoći liječenim alkoholičarima u njihovoj borbi s ovim problemom u pokušaju da očuvaju i održe postignutu apstinenciju od pijenja alkohola. Stoga će se ovim projektom financirati rad stručnih timova u klubovima liječenih alkoholičara, bit će provedena i edukacija stručnjaka koji se u svome radu susreću s alkoholičarima ili s osobama koje prekomjerno piju alkohol te će se pripremiti informativno-edukativni materijali o štetnom djelovanju alkohola. Ovako zamišljeni set aktivnosti ima za cilj osnažiti kapacitete dionika za učinkovitiju skrb o zdravlju ove osobito ugrožene populacijske skupine.

Ovo je treći projekt odnosno program koji Zavod za javno zdravstvo trenutno simultano provodi u Virovitičko-podravskoj županiji. Osim navedenog projekta, provodi se preventivni program „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ u školama i zajednici s ciljem prevencije pijenja alkohola mladih te nacionalni program „Zdrav za pet“ u kojemu je jedna komponenta također usmjerena prevenciji pijenja alkohola kao rizičnog ponašanja učenika. Sva tri projekta odnosno programa imaju stoga sinergijski učinak jer se problemom pijenja alkohola bave na različite načine.

Navedene aktivnosti osmišljene su tako da u Virovitičko-podravskoj županiji budu doprinos cjelovitoj borbi protiv ovisnosti o alkoholu. Uvezivanje tri projekta odnosno programa u jednu cjelinu s istim globalnim, ali različitim specifičnim ciljevima izniman je logistički izazov jer zahtijeva usklađeno djelovanje niza dionika i velikog broja suradnika i provoditelja u mreži kompleksne interdisciplinarne i međusektorske suradnje te je u metodološkom smislu jedinstven i pravi je pionirski pothvat u pristupu koji je usklađen s europskim standardima kvalitete u prevenciji.

Voditelj ovoga projekta i preostala dva programa, ali i autor ovog inovativnog koncepta cjelovite prevencije na svim razinama (univerzalnoj, selektivnoj i indiciranoj) je profesor Siniša Brlas. Ovakav pristup pokazuje kako Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije ponovno postavlja nove visoke standarde u prevenciji rizičnih ponašanja i bolesti ovisnosti.



5. **Uspješna suradnja zdravstva, školstva, policije i civilnog sektora u Virovitičko-podravskoj županiji u prevenciji pijenja alkohola mladih**

Provedba preventivnog programa „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ koji se od 2021. do 2023. godine provodi među mladima u Virovitičko-podravskoj županiji uključuje složenu, ali vrlo uspješnu suradnju više resora odnosno sektora. Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije koji je nositelj programa u mrežu suradnje uključio je i službenike Policijske uprave Virovitičko-podravске, voditelje školskih preventivnih programa u osnovnim i srednjim školama naše županije te stručnjake udruženja klubova liječenih alkoholičara iz Virovitice i Slatine. Cilj programa je postići sinergijsko preventivno djelovanje svih dionika u mreži ove suradnje kako bi se osnažili samozaštitni kapaciteti mladih u Virovitičko-podravskoj županiji u prevenciji ovisnosti i afirmaciji zdravlja osvješćivanjem rizika od pijenja alkoholnih pića. Ovim pristupom osnažuje se i međusektorska i interdisciplinarna suradnja dionika, što je zalog učinkovite provedbe prevencije. Temelj ove suradnje je „Protokol međusektorske suradnje u prevenciji i suzbijanju ovisnosti u Virovitičko-podravskoj županiji“ iz 2007. i 2017. godine, jedinstven u našoj zemlji, a nastao upravo u Virovitičko-podravskoj županiji. Kako bi se osiguralo da preventivne aktivnosti zaista i budu učinkovite, Zavod za javno zdravstvo razvio je i složene mehanizme stručne podrške i praćenja (superviziju i evaluaciju) koji doprinose ujednačenosti standarda kvalitete u provedbi. Ovako dizajniran program zato u visokoj mjeri udovoljava očekivanjima dionika koji u suradnji provode edukaciju mladih, a vanjska evaluacija neovisnog evaluatora pokazala je da dodatno doprinosi već ionako velikom ugledu Zavoda za javno zdravstvo u stručnoj i znanstvenoj zajednici, ali i među građanima.

Program „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ osmišljen je u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije, financiran je od strane Ministarstva zdravstva i usklađen je s Europskim standardima kvalitete u provedbi preventivnih aktivnosti među djecom i mladima.



**6. Model prevencije vršnjačkog nasilja razvijen u Virovitičko-podravskoj županiji
Zavod za javno zdravstvo uspješno primjenjuje i u susjednim županijama**

U posljednje vrijeme često svjedočimo incidentima i nemilim događajima kojih su sudionici djeca i mladi, nerijetko i u samim školama, a koje opisujemo kao vršnjačko nasilje. Osim što može ugroziti zdravlje i život, nasilje mlade dovodi i u stanje tjeskobe i stresa koji su velika prijetnja njihovom mentalnom zdravlju, a ponekad su povezani i sa zloupotrebom različitih sredstava ovisnosti (droge, alkohola, cigareta i ostalih). Ulaganje napora u prevenciju i suzbijanje vršnjačkog nasilja tako je posredno i ulaganje u prevenciju ovisnosti i oblik je skrbi o mentalnom zdravlju mladih.

Stoga je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije razvio model prevencije vršnjačkog nasilja u obliku radionica koje se provode u školama i u okviru kojih mladi uče prepoznavati raznolike oblike nasilja, usto uče i vještine nenasilnog rješavanja problema te se ohrabruju u poduzimanju mjera (samo)zaštite u slučaju pojave nasilja. U tu svrhu u Zavodu je kreiran i vodič za mlade pod nazivom „Kroz život bez nasilja – deset protunasilnih poruka“ koji se besplatno dijeli učenicima. Radi se o interaktivnom pristupu jer su učenici aktivni sudionici procesa uz pomoć navedenog vodiča koji je metodički i didaktički oblikovan tako da se na primjeren način obraća mladima.

Ova već dobro ustrojena suradnja Zavoda i škola u Virovitičko-podravskoj županiji prepoznata je kao primjer dobre prakse i izvan granica naše županije pa stručnjaci Zavoda na poziv škola provode ove radionice i u susjednim županijama. Tijekom listopada 2022. godine radionice su održane u Koprivničko-križevačkoj županiji, a početkom 2023. godine interes za ovim modelom suzbijanja vršnjačkog nasilja iskazala je i Srednja škola Bartola Kašića Grubišno Polje u susjednoj Bjelovarsko-bilogorskoj županiji. Stoga je u petak 03. veljače 2023. godine za učenike ove škole održana interaktivna radionica o vršnjačkom nasilju, a održao ju je profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu.

Suradnja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije i odgojno-obrazovnih ustanova u susjednim županijama pokazatelj je kako se iskustva i znanja u provedbi preventivnih i zaštitnih aktivnosti iz Virovitičko-podravske županije prepoznaju i izvan granica naše županije, a stručni kapaciteti naših stručnjaka tako su još više u funkciji prevencije i promicanja zdravlja građana, osobito djece i mladih.



7. Zavod za javno zdravstvo već desetljeće provodi program „Zdrav za pet“ u Virovitičko-podravskoj županiji

U srijedu 08. veljače 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu 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 2023. godini.

Program „Zdrav za pet“ provodi se na nacionalnoj razini od 2013. godine, a ove godine zaokružit će se prvo desetljeće provedbe 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. Ulaganje u prevenciju rizičnih ponašanja mladih jedna je od ključnih aktivnosti u očuvanju njihova zdravlja i jako je važno da

su aktivnosti koje se među njima provode dosljedne i kontinuirane kako bi bile i učinkovite. Stoga se već godinama ovaj program dosljedno provodi u našoj županiji, čime je Virovitičko-podravska županija jedna od malobrojnih županija koja je ostala ustrajna u njegovoj provedbi. Uspješna provedba programa pokazatelj je također i dobre međusektorske suradnje utemeljene na „Protokolu međusektorske suradnje u prevenciji i suzbijanju ovisnosti u Virovitičko-podravskoj županiji“, u Republici Hrvatskoj jedinstvenom modelu suradnje dionika u prevenciji i suzbijanju ovisnosti koji je još 2007. godine nastao u Virovitičko-podravskoj županiji i koji u mrežu suradnje povezuje sve dionike uključene u našoj županiji u borbu protiv ovisnosti.

Osim predavanja o štetnosti djelovanja droga koja se održavaju u prvom razredu srednjih škola, Zavod za javno zdravstvo u suradnji sa školama i suradnicima provodi i predavanja u osmom razredu osnovnih škola i završnom razredu srednjih škola o štetnom djelovanju alkohola te radionice u drugom razredu srednjih škola o problematičnom i patološkom kockanju, a dinamika i opseg provedbe dogovaraju se sa svakom pojedinom školom.

Provedbu nacionalnog programa „Zdrav za pet“ Zavod za javno zdravstvo nadopunjuje i provedbom vlastitih preventivnih programa i projekata usmjerenih prevenciji rizičnih ponašanja mladih, ali i odraslih, tako da su sve ove aktivnosti uklopljene u jedan cjeloviti okvir proaktivne skrbi o zdravlju naših građana.

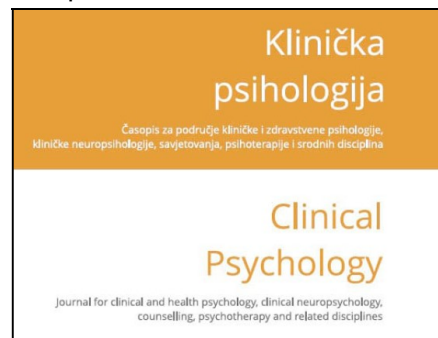
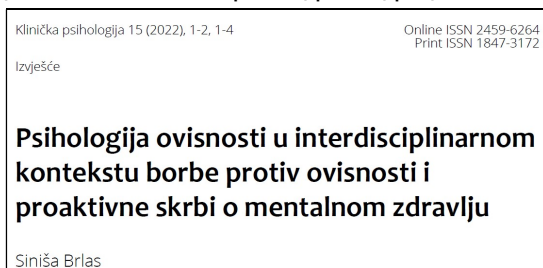


8. U prestižnom stručnom časopisu „Klinička psihologija“ objavljen tekst o psihologiji ovisnosti i zaštiti mentalnog zdravlja u zavodima za javno zdravstvo

U prestižnom stručnom časopisu „Klinička psihologija“ (broj 15 (2022), 1-2, 1-4) objavljen je tekst pod nazivom „Psihologija ovisnosti u interdisciplinarnom kontekstu borbe protiv ovisnosti i proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju“. Autor teksta je profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije koji je na poziv prof. dr. sc. Krunoslava Matešića u tekstu opisao interdisciplinarni kontekst učinkovite borbe protiv ovisnosti i proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju u zavodima za javno zdravstvo te kako se i zašto psihologija pozicionirala kao jedna od najvažnijih pomažućih struka u tom kontekstu. „Klinička psihologija“ časopis je namijenjen za područje kliničke zdravstvene psihologije, kliničke neuropsihologije, savjetovanja, psihoterapije i srodnih disciplina i službeni je časopis Hrvatskog psihološkog društva. Cjeloviti tekst možete pročitati ovdje:

<http://klinicka.nakladaslap.com/en/articles/abstract/?id=2022-15-12-6>

http://klinicka.nakladaslap.com/public/pdf/2022_15_1-2_6.pdf



9. Održana edukacija roditelja učenika osnovne škole o slobodnom vremenu djece i mladih

Profesor Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije održao je 08. ožujka 2023. godine predavanje na temu „Važnost organizacije slobodnog vremena za rast i razvoj mladih“ roditeljima učenika šestog razreda na zajedničkom roditeljskom sastanku u Osnovnoj školi Ivane Brlić Mažuranić Virovitica. Nastavak je to suradnje Zavoda s odgojno-obrazovnim ustanovama u Virovitičko-podravskoj županiji u aktivnostima koje su usmjerene prevenciji rizičnih ponašanja mladih te afirmaciji njihova zdravlja.

Slobodno vrijeme mladih tema je koja je često prisutna među stručnjacima, ono može biti izvorom i zaštitnih i rizičnih činitelja za rast i razvoj mladih, pa se onda o ovoj temi nastoje zainteresirati i roditelji i učitelji, a osobito djeca i mladi. Virovitičko-podravska županija učinila je i korak dalje kada je na temelju istraživanja rizičnih ponašanja mladih provedenog u našoj županiji pokrenut projekt i istoimeni vodič za mlade „Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji“, a ova aktivnost traje već dulje od 15 godina.

Predavanje profesora Brlasa roditeljima učenika doprinos je javnozdravstvenom djelovanju usmjerenom prevenciji i suzbijanju rizičnih ponašanja, a istovremeno i afirmaciji zdravlja djece i mladih. Godinama se na ovakav ili slične načine promoviraju i mnoge druge važne teme za mlade; od štetnosti djelovanja droga, pušenja duhanskih proizvoda, pijenja alkohola, ispitne tjeskobe, kockanja mladih pa do važnosti organiziranja slobodnog vremena. Upravo se konceptom slobodnog vremena profesor Brlas bavi već dulje od 20 godina, i to u kontekstu zaštitnih i rizičnih činitelja za rast i razvoj mladih. Istraživao je ovaj fenomen i objavljivao o tome stručne radove pa je stoga relevantan stručnjak u ovome području za koje se ponekad čini da je neopravdano zapostavljeno.



10. Obilježen Tjedan mozga u Hrvatskoj; objavljen tekst o tome funkcionira li mozak ovisnika zaista drukčije

Od 13. do 17. ožujka 2023. godine obilježava se Tjedan mozga u Hrvatskoj, inače međunarodna medijska kampanja koja je u svijetu poznata kao Brain Awareness Week. Stoga su Hrvatski institut za istraživanje mozga i Hrvatsko društvo za neuroznanost organizirali ovu akciju kojom se javnost želi upoznati s najnovijim dostignućima u istraživanju mozga. Svoj doprinos razumijevanju mozga daju i stručnjaci Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije pa je stoga prigoda podsjetiti na knjigu „Funkcionira li mozak ovisnika zaista drukčije“ profesora psihologije Siniše Brlasa, voditelja Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje.

Knjiga „Funkcionira li mozak ovisnika zaista drukčije“ opisuje biološku osnovu ovisnosti te ističe važnost psihičkih procesa koji su važni u nastanku i održavanju ovisničkog ponašanja, a posebno različitih oblika učenja ovisnosti. Opisuje i kako kemijski medijatori doživljaja ugone koji djeluju na centre ugodnosti u mozgu modeliraju ponašanje ovisnika prema oblicima ponašanja koji će omogućiti ponovljeni kemijski obrazac zbog opetovanja ugodnosti te kako opisano stanje u mozgu ovisnika izaziva na planu njegova ponašanja tzv. reakciju približavanja usmjerenu prema objektu (drogi) koja će dovesti do nagrade, a zbog čega su ovisnici dosljedni, uporni pa čak i agresivni u traženju i uzimanju droge. Osobito se objašnjava kako se donosi odluka za uzimanjem sredstava ovisnosti i koja je uloga svjesnog i nesvjesnog u ovim procesima.

Razumijevanje procesa u mozgu ovisnika presudno je važno kako bi se uspješno razvijali modeli odvikavanja i liječenja ovisnika, ali i prevencija ovisničkog ponašanja.

Zainteresirani knjigu mogu pogledati ovdje:

https://www.zzzjvpz.hr/hr/sadrzaj/djelatnost/1/publikacije/zzjvpz_funkcionira_li_mozak_ovisnika_zaista_drukcije_sinisa_brlas.pdf



11. Suradnja s Filozofskim fakultetom u Osijeku u realizaciji studentske prakse

U suradnji s Filozofskim fakultetom Sveučilišta u Osijeku od 15. ožujka do 30. travnja 2023. godine u Odjelu za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje provedena je stručna praksa za studenticu psihologije. Voditelj prakse bio je profesor psihologije Siniša Brlas, voditelja Odjela.

12. U Studentskom domu Virovitica održana tribina o mentalnom zdravlju mladih

U Studentskom domu Virovitica 28. ožujka 2023. godine održana je tribina za studente „Mentalno zdravlje studenata“. Na tribini su gostovali psiholog Siniša Brlas i psihijatrica Sanea Mihaljević iz Službe za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije izlaganjima o proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju i mentalnim teškoćama mladih. Nakon njihovih izlaganja otvorena je rasprava među studentima o izazovima za njihovo mentalno zdravlje koju je vodila studentica psihologije Sanja Lješćak koja je na studentskoj praksi u Odjelu za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje. Nastavak je to suradnje Zavoda za javno zdravstvo i Studentskog doma Virovitica koja je započela otvaranjem Studentskog doma prije nekoliko godina.



13. Novom publikacijom obilježen Svjetski dan borbe protiv alkoholizma

Alkoholizam je jedan od najvećih javnozdravstvenih problema u našoj zemlji, ali i u svijetu. Stoga se 1. travnja svake godine obilježava *Svjetski dan borbe protiv alkoholizma* kada je i prigoda podsjetiti javnost na opasnosti pijenja i djelovanja alkohola te mogućeg razvoja alkoholizma kao bolesti ovisnosti o alkoholu.

U Virovitičko-podravskoj županiji u tijeku je provedba preventivnog projekta pod nazivom „Suradnjom do trijeznog suživota“ koji je financiran sredstvima Ministarstva zdravstva temeljem provedenog natječajnog postupka. Provođitelj projekta je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije u suradnji s partnerima (udruženjima klubova liječenih alkoholičara u Virovitici i Slatini). Projekt se sastoji od niza aktivnosti kojima je temeljni cilj postići bolji obuhvat liječenih alkoholičara, snažnije i učinkovitije povezati dionike i

nadograditi kompetencije stručnjaka u mreži međusektorske suradnje u suzbijanju alkoholizma i alkoholom uvjetovanih poremećaja. Jedna od aktivnosti u projektu usmjerena je specifičnom educiranju i informiranju liječenih alkoholičara o rizicima pijenja alkoholnih pića i osnažiti ih u samokontroli, apstinenciji i izbjegavanju rizika. U tu svrhu Zavod za javno zdravstvo kreirao je novu publikaciju, ustvari vodič za liječene alkoholičare i sve osobe koje prekomjerno piju alkohol, o rizicima pijenja i mogućnostima uključivanja u izvanbolnički sustav liječenja i podrške. Vodič pod nazivom „Kako ne utopiti život i obitelj u alkoholu?“ uredio je profesor psihologije Siniša Brlas, a tekstove su napisali domaći stručnjaci i alkoholozi: psihijatar Zoran Zoričić, psihijatrica Sanea Mihaljević, epidemiolog Miroslav Venus, psiholog Siniša Brlas, pedagoginja Jasna Čupen i psihologinja Ksenija Vujanović-Juras. Svi su oni na neki način profesionalno uključeni u prevenciju alkoholizma, liječenje ili rehabilitaciju liječenih alkoholičara. Publikacija će se besplatno dijeliti liječenim alkoholičarima uključenima u rad klubova liječenih alkoholičara, a svima ostalima dostupna je u elektroničkom obliku na: https://www.zzjzvpz.hr/hr/sadrzaj/knjiznica/knjige/2023_Kako_ne_utopiti_zivot_i_obitelj_u_alcoholu.pdf. Osim projekta „Suradnjom do trijeznog suživota“ Zavod za javno zdravstvo provodi i trogodišnji preventivni program prevencije pijenja alkohola mladih pod nazivom „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ kako bi se postigla sinergija u preventivnom djelovanju i što bolji obuhvat populacije u nastojanju da se problem pijenja alkohola učini što manjim.



14. Proširuje se suradnja u prevenciji rizičnih ponašanja mladih i sa školama u susjednim županijama

Pušenje duhanskih proizvoda jedno je od učestalih rizičnih ponašanja mladih. Osim što ima iznimno štetne učinke na njihov rast i razvoj, pušenje je i najčešći način „uvođenja“ mladih u svijet zloupotrebe droga (osobito onih koje se također uzimaju pušenjem). Naime, učenici koji puše duhanske proizvode puno češće započinju eksperimentirati s marihuanom ili sintetskim kanabinoidima koji oponašaju učinke marihuane. Na ovaj su način mladi izloženi kriminalnom miljeu odnosno preprodavačima (dilerima) kojima je glavni cilj „navući“ mlade na konzumaciju i onih najgorih droga. To znači da pušenje duhana kod mladih jako povećava rizik od razvoja ovisnosti o tzv. teškim drogama (iako nema lakih i teških droga, sve su teške). Stoga je ulaganje truda u prevenciju i suzbijanje pušenja mladih ustvari i sprječavanje da oni postanu ovisnici o drogama.

Slijedom toga je Srednja škola Bartola Kašića u Grubišnom Polju (u Bjelovarsko-bilogorskoj županiji) u svoje preventivne aktivnosti uključila i stručnjake Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije. Naime, Zavod za javno zdravstvo je u 2020. godini u Virovitičko-podravskoj županiji proveo preventivni projekt pod nazivom „Nepušenjem protiv ovisnosti-ja sam iz razreda nepušača“ upravo s ciljem da se preveniraju navedeni rizici za mlade. Iskustva iz ovoga projekta sada su iskorištena kako bi se i učenicima škola iz susjednih županija pomoglo dodatno osvijestiti rizike pušenja.

Tako su u srijedu 05. travnja 2023. godine psiholog Siniša Brlas, psihijatrica Sanea Mihaljević i medicinski tehničar Tomislav Šokec iz Službe za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije za učenike ove škole održali edukaciju u formi interaktivnog predavanja s radionicom na temu „Kako se ne izgubiti u duhanskome dimu“. Učenici su educirani o rizicima pušenja i prednostima nepušenja, motivirani su da ustraju u zdravim načinima života, a zorno im je prikazano (pomoću posebnog uređaja za mjerenje ugljikovog monoksida u izdahu) kako im duhanski dim značajno otežava da dišu punim plućima.

Ovo je interaktivno predavanje s radionicom ujedno i doprinos sve boljoj i učinkovitijoj međusektorskoj suradnji u prevenciji i suzbijanju ovisnosti, kako u Virovitičko-podravskoj županiji, tako i u susjednim županijama u kojima se sve više prepoznaje kvaliteta rada stručnjaka Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije koji se bave prevencijom ovisnosti i mentalnim zdravljem te se oni sve češće pozivaju gostovati u aktivnostima koje se ondje provode.



15. **Prigodnim tekstom pod nazivom „Ususret Svjetskom danu zdravlja i Uskrsu: Religioznost i mentalno zdravlje“ obilježen Svjetski dan zdravlja**

Ovim tekstom profesora psihologije Siniše Brlasa, voditelja Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje obilježen je Svjetski dan zdravlja koji je 2023. godine bio u Velikom tjednu prije Uskrsa.

Ove se godine Svjetski dan zdravlja, koji se u svijetu obilježava 7. travnja, obilježava u Velikom tjednu koji prethodi Uskrsu, najvažnijem kršćanskom blagdanu. Prigoda je to zapitati se pomaže li religioznost mentalnom zdravlju i osnažuje li se vjera s godinama života?

Mnogi ljudi vjeruju u nadnaravno, u Boga svemogućeg, i mnogima to što vjeruju pomaže u svakodnevnom životu. Međutim, koliko je ta vjera zaista čvrsta? Sa stajališta psihologije ličnosti vrlo je važno znati kako se religiozno iskustvo kod ljudi oblikuje, razvija i kako djeluje na ponašanje. To je važno znati kako bi se uvidjeli uzroci i razlozi radi kojih se ljudi, posebno mladi, obraćaju vjeri, te koje posljedice vjera i vjerovanje imaju na njihov psihosocijalni rast i razvoj. Saznanja o tome uvelike mogu pomoći i vjernicima samima da preispitaju sami sebe i tako još više učvrste vlastitu vjeru.

Psihologija koristi stručnu i znanstvenu metodologiju kako bi spoznala uzroke i ishodišta doživljavanja i ponašanja, pa i u području psihologije religioznosti. Tako je profesor psihologije Siniša Brlas tijekom 2014. i 2015. godine proveo istraživanje religioznosti među mladima u virovitičkim srednjim školama te među vjernicima Župe svetoga Roka u Virovitici. Za potrebe istraživanja konstruirana je *Anketa religioznosti* od sedam pitanja o dimenzijama religioznosti. Odgovori na pitanje zašto dolaze u crkvu pokazuju da je kod 51% mladih to zbog utjecaja iz okoline (odgoj ili socijalni pritisak), a 45% njih u crkvu dolazi zato što to zaista žele, dok su svi odrasli ispitanici (dakle njih 100%) odgovorili da u crkvu odlaze zato što to žele. Postavilo se pitanje moraju li djeca i mladi većinom zaista dolaziti u crkvu i kada to ne žele, dok odrasli u crkvu ne moraju dolaziti pa dolaze samo oni koji i kada to žele, ili snaga vjere biva sve veća odrastanjem i starenjem? Prosječna se procjena ispitanika o "snazi vjere" povećava (iako nije testirana značajnost te razlike) što su ispitanici stariji: kod mladih prosječne dobi 16,5 godina srednja vrijednost procjene na skali od 1 do 5 je 3,42, kod odraslih od 32,6 godina snaga vjere je prosječno 3,65, a kod starijih je osoba od 58,3 godine snaga vjere prosječno 3,77.

Ovi bi nalazi mogli upućivati na zaključak da se zaista tijekom života vjernika njegova vjera osnažuje. Može se zaključiti i da zdrava, a posebno intrinzična (unutarnja) religioznost doprinosi očuvanju mentalnog zdravlja te je važan (zaštitni) činitelj tijekom rasta i razvoja, što je u skladu s razvojnim konceptima religioznosti. Stoga je korisna spoznaja da se religioznost razvija tijekom života, a osobito religiozno mišljenje razvoj kojega je uspoređan sa spoznajnim razvojem, što je i ovim istraživanjem pokazano. Ovo je istraživanje jedinstveno jer pokazuje kako svoju vjeru doživljavaju i žive vjernici upravo u našoj sredini te kako njihova vjera djeluje na njihovo mentalno zdravlje, pa je istraživanje tako ustvari dio šire skrbi o zaštiti mentalnog zdravlja ljudi. Više o temi religioznosti mladih može se pronaći u knjizi profesora Siniše Brlasa „Pomaže li religioznost mentalnom zdravlju mladih“ na ovoj poveznici: https://www.zzzjvpz.hr/hr/sadržaj/djelatnost/1/publikacije/2014_religioznost_mladi.pdf.

16. **Mentorstvo studentici na studentskoj praksi**

Na samom završetku studija psihologije, u posljednjem semestru završne godine studiranja studenti imaju obavezu sudjelovati na studentskoj praksi u stvarnom radnom okruženju psihologa. Studenti sami dogovaraju mjesto realizacije i biraju mentora za kojega smatraju da im najbolje može pomoći u razumijevanju poslova i zadaća psihologa. Tako je i Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije u 2023. godini odabran kao mjesto održavanja stručne prakse studentice Sanje Lješćak koja psihologiju studira na Filozofskom fakultetu Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku. Mentor studentici je profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje. Praksa u Zavodu za javno zdravstvo uključuje upoznavanje studentice s poslovima i zadaćama psihologa u području prevencije i suzbijanja ovisnosti i zaštite mentalnog zdravlja, u širokom rasponu aktivnosti psihologa, te sudjelovanje studentice u stručnim aktivnostima od psihodijagnostike u radu s klijentima, preko istraživanja rizičnih i zaštitnih činitelja, sudjelovanje na predavanjima, tribinama i radionicama u školama u našoj i susjednim županijama i na Veleučilištu Virovitica, pa i sudjelovanje na stručnim skupovima. Profesor Brlas dulji niz godina gostuje kao gost-predavač na domaćim fakultetima i sveučilištima pa ga studenti slijedom toga redovito konzultiraju kao savjetnika prilikom izrade svojih diplomskih i ostalih studentskih radova, a evo i kao mentora u realizaciji studentske prakse.



17. **Profesor Siniša Brlas imenovan ispitivačem Hrvatske psihološke komore na psihološkim stručnim ispitima u području zdravstvene psihologije**

Hrvatska psihološka komora imenovala je profesora psihologije Sinišu Brlasa ispitivačem na psihološkim stručnim ispitima. Psiholozi koji završe studij psihologije nakon obavljenog vježbeničkog staža kao psiholozi vježbenici obavezni su položiti psihološki stručni ispit, nakon čega po Zakonu o psihološkoj djelatnosti stječu uvjet za priznavanje prava na obavljanje psihološke djelatnosti. Stručni ispit polaže se u Hrvatskoj psihološkoj komori, a ispitivači na ovim ispitima vrsni su psiholozi koji procjenjuju kapacitete psihologa koji započinju profesionalnu karijeru za njihov daljnji rad u struci.

Profesor Brlas dobitnik je najvažnijih strukovnih nagrada, psiholog je i voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije, bavi se psihologijom ovisnosti i zaštitom mentalnog zdravlja te je stoga kao stručnjak u ovome području imenovan ispitivačem u području zdravstvene psihologije.

Hrvatska psihološka komora samostalna je i neovisna strukovna organizacija psihologa u Republici Hrvatskoj koja brine za razvoj, stručnost, etičnost, zakonitost i ugled u psihološkoj djelatnosti na teritoriju Republike Hrvatske, stoga je velika čast i priznanje kada Komora u svoj rad uključuje istaknute psihologe iz prakse.

18. **Nastavljena provedba edukacije u zajednici o štetnosti pijenja alkohola**

Preventivni program „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ koji se od 2021. do 2023. godine provodi u Virovitičko-podravskoj županiji u trećoj je i završnoj godini provedbe. Uključuje složenu, ali uspješnu suradnju više resora te civilnog sektora. Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije koji je nositelj programa u mrežu suradnje uključio je i službenike Policijske uprave Virovitičko-podravске, voditelje školskih preventivnih programa u osnovnim i srednjim školama naše županije te stručnjake udruženja klubova liječenih

alkoholičara (UKLA) iz Virovitice i Slatine koja su i partneri u programu. Cilj programa je osnažiti samozaštitne kapacitete mladih u Virovitičko-podravskoj županiji u prevenciji ovisnosti i afirmaciji zdravlja osvješćivanjem rizika od pijenja alkoholnih pića, ali ujedno osnažiti i međusektorsku i interdisciplinarnu suradnju dionika, kao zalog učinkovite prevencije.

Slijedom planiranih aktivnosti u programu u utorak 25. travnja 2023. godine u prostoru Općine Pitomača održana je edukacija sudionika iz Pitomače i okolice o štetnosti djelovanja alkohola na zdravlje, ponašanje i sigurnost u prometu. Edukaciju su proveli pedagoginja Jasna Čupen ispred partnera (UKLA Virovitica) i psiholog Siniša Brlas iz Zavoda za javno zdravstvo (koji je i voditelj ovoga programa, a provodi i stručnu pomoć i podršku u navedenim edukacijama).

Program „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ osmišljen je u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije, financiran je od strane Ministarstva zdravstva i usklađen je s Europskim standardima kvalitete u provedbi preventivnih aktivnosti.



19. **Zavod za javno zdravstvo nastavlja provoditi radionice o vršnjačkom nasilju u školama**

U posljednje vrijeme često svjedočimo incidentima i nemilim događajima kojih su sudionici djeca i mladi, nerijetko i u samim školama, a koje opisujemo kao vršnjačko nasilje. Osim što može ugroziti zdravlje i život, nasilje među mladima izniman je rizik i za njihovo mentalno zdravlje, a ponekad je povezano i sa zloupotrebom različitih sredstava ovisnosti (droge, alkohola, cigareta i ostalih). Zašto je tome tako? Agresivno ponašanje djece i mladih dijelom je njihova psihosocijalnog razvoja. Na ovaj način djeca uče strategije rješavanja socijalnih konflikata u suparničtvima koja se javljaju tijekom njihova rasta. U ovome razdoblju njihova agresivnost obično nije potaknuta željom da se nekome ili nečemu nanese šteta ili patnja, pa je agresivno ponašanje male djece ustvari instrument pomoću kojega oni dolaze do svojih ciljeva. Međutim, kasnije tijekom razvoja, a osobito u srednjem djetinjstvu pa nadalje, agresivnost djece i mladih sve češće je namjerna i neprijateljska (hostilna). Razvojem verbalnih sposobnosti agresivnost mladih dobije još jednu dimenziju, onu verbalnu. Riječima je moguće izraziti emocije (čuvstva) i namjere te djelovati agresivno često učinkovitije nego neverbalno. Kada se tome dodaju još i suvremeni kanali za iskazivanje agresije, poput virtualnog internetskog prostora, agresivnost postaje češća i sveprisutna u životima djece i mladih. Međutim, kada agresivnost mladih preraste okvire prepoznatljivih obrazaca razvoja i postane isključivo neprijateljska, s namjerom da se drugima nanese patnja i bol, kada se agresivnost kod pojedinca ispoljava često i traje dulje vrijeme, kada značajno počinje ometati razvoj i štetno djeluje na pojedinca samoga i druge oko njega, tada agresivnost prerasta u nasilje. Nasilje je, dakle, opetovano tjelesno ili verbalno ponašanje koje se očituje u neprijateljstvu prema osobama ili predmetima u namjeri da im se nanese šteta, patnja ili bol. Samim činom tjelesnog napada ugrožava se tjelesno zdravlje napadnutog. Osim toga, izloženost nasilnom činu mlade kao žrtve dovodi i u stanje tjeskobe i stresa koji su velika prijetnja njihovom mentalnom zdravlju. Djeca i mladi još nemaju dobro razvijene mehanizme pomoću kojih se nose s frustracijom i tjeskobom, pa ponekad posežu za sredstvima koja su im dostupna i za koja procijene da će im pomoći umanjiti tjeskobu (anksioznost), a na žalost ta sredstva imaju anksiolitičko djelovanje (kao što su alkoholna pića i pojedine droge). Tijekom savjetodavnog rada s mladima koji su u zloupotrebi sredstava ovisnosti uočavamo kako je često uzrok njihove zloupotrebe upravo potreba da se lakše nose s tjeskobom uzrokovanom upravo izloženosti nasilju. Međutim, alkohol i droge upravo povećavaju rizik da će pod njihovim utjecajem mladi biti agresivni, pa možemo uočiti paradoksalni obrazac prema kojemu

mladi koji su kao žrtve od posljedica nasilja pokušali „pobjeći“ pijenjem alkohola ili uzimanjem droga ustvari i sami postaju nasilnicima. Ulaganje napora u prevenciju i suzbijanje vršnjačkog nasilja tako je posredno i ulaganje u prevenciju ovisnosti i oblik je skrbi o mentalnom zdravlju mladih. Stoga je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije razvio model prevencije vršnjačkog nasilja u obliku radionica koje se provode u školama i u okviru kojih mladi uče prepoznavati raznolike oblike nasilja, usto uče i vještine nenasilnog rješavanja problema te se ohrabruju u poduzimanju mjera (samo)zaštite u slučaju pojave nasilja. U tu svrhu u Zavodu je kreiran i vodič za mlade pod nazivom „Kroz život bez nasilja – deset protunasilnih poruka“ koji se besplatno dijeli učenicima. Radi se o interaktivnom pristupu jer su učenici aktivni sudionici procesa uz pomoć navedenog vodiča. Uz ovaj vodič u Zavodu je kreirana i slikovnica pod nazivom „Pružam ti ruku“ koja je namijenjena djeci predškolskog i ranog školskog uzrasta. I vodič i slikovnica metodički su i didaktički oblikovani tako da se na primjeren način o ovoj temi obraćaju djeci i mladima. Interaktivne oblike rada, najčešće u obliku radionica, u školama provodi profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije. Posljednje takve radionice provedene su u srijedu 26. travnja 2023. godine u Osnovnoj školi Josipa Kozarca Slatina s učenicima sedmoga razreda. Ova već dobro ustrojena i kontinuirana suradnja Zavoda i škola u Virovitičko-podravskoj županiji prepoznata je kao primjer dobre prakse i izvan granica županije pa stručnjaci Zavoda na poziv škola provode ove radionice i u susjednim županijama. Na ovaj način dolazi do transfera znanja i iskustava među ustanovama i stručnjacima, promovira se zdravlje mladih i proaktivno se djeluje u zajednici.



20. U školi u Čačavici održana tribina o nasilju: model prevencije vršnjačkog nasilja razvijen u Zavodu za javno zdravstvo uspješno se primjenjuje u školama

U posljednje vrijeme u našoj zemlji, ali i u okruženju, svjedočimo izrazito nasilnim incidentima i nemilim događajima kojih su sudionici djeca i mladi, nerijetko i u samim školama. Ovako izraženi oblici vršnjačkog nasilja mogu ugroziti zdravlje, a na žalost mogu oduzeti i život. Osim toga, ako i nema tako izraženog stradanja, nasilje mlade dovodi u stanje tjeskobe i stresa koji su velika prijetnja njihovom mentalnom zdravlju. Ponekad je nasilje povezano i sa zloupotrebom različitih sredstava ovisnosti (droge, alkohola, cigareta i ostalih); bilo da je nasilje oblik ponašanja mladih koji slijedi nakon uzimanja ovih sredstava, bilo da je nasilje uzrok ili neposredni povod takvom rizičnom ponašanju. Prevencija i suzbijanje vršnjačkog nasilja stoga je posredno i prevencija ovisnosti, ali je i oblik skrbi o mentalnom zdravlju mladih. Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije prije više od desetljeća razvio je model prevencije vršnjačkog nasilja u obliku radionica koje se od 2010. godine provode u školama i u okviru kojih djeca i mladi uče prepoznavati raznolike oblike nasilja, usto uče i vještine nenasilnog rješavanja problema te se ohrabruju u poduzimanju mjera (samo)zaštite u slučaju pojave nasilja. U tu svrhu u Zavodu su kreirane i publikacije za djecu i mlade: vodič za mlade pod nazivom „Kroz život bez nasilja – deset protunasilnih poruka“ i slikovnica za djecu „Pružam ti ruku“ koji se besplatno dijele učenicima. Radi se o interaktivnom pristupu jer su učenici aktivni sudionici procesa uz pomoć vodiča i slikovnice koji su metodički i didaktički oblikovani tako da se na odgovarajući i dobnog primjeren način obraćaju djeci i mladima. Suradnja Zavoda i škola u Virovitičko-podravskoj županiji traje već godinama, ali je kao primjer dobre prakse prepoznata i izvan granica naše županije pa

stručnjaci Zavoda na poziv škola provode ove radionice i u susjednim županijama (prošle godine u Koprivničko-križevačkoj, a ove godine u Bjelovarsko-bilogorskoj županiji). Nedavni tragični događaji u nekim školama u okruženju naše zemlje bili su povod da se i u Osnovnoj školi „Davorin Trstenjak“ Čačavica organizira tribina o nasilju za učenike viših razreda škole. Tribina je održana u srijedu 24. svibnja 2023. godine, a vodio ju je profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo i jedan od kreatora ovoga modela prevencije nasilja.

Suradnja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije i odgojno-obrazovnih ustanova primjer je kako se mogu učinkovito koristiti iskustva i znanja stručnjaka iz različitih dionika u provedbi preventivnih i zaštitnih aktivnosti, osobito kada je u pitanju očuvanje zdravlja i života djece i mladih.



21. **Siniša Brlas imenovan je od Hrvatske psihološke komore provoditeljem stručnog nadzora nad radom psihologa**

Nakon što je Hrvatska psihološka komora imenovala profesora psihologije Sinišu Brlasa ispitivačem na psihološkim stručnim ispitima, profesor Brlas dobio je i novo priznanje za svoj rad u struci – imenovan je i provoditeljem stručnog nadzora nad radom ostalih ovlaštenih psihologa.

Psiholozi su u svome radu podložni stručnom nadzoru koji provodi Hrvatska psihološka komora, a nadzor provode ovlašteni psiholozi provoditelji stručnog nadzora koji imaju bogato profesionalno iskustvo i potrebna znanja u pojedinom području psihologije.

Profesor Brlas dobitnik je najvažnijih strukovnih nagrada, psiholog je i voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije. Bavio se mnogim područjima psihologije: u obrazovnoj je psihologiji bio prvi psiholog koji je u Virovitičko-podravskoj županiji napredovao u zvanje mentora, a sada se već gotovo 25 godina bavi psihologijom ovisnosti i zaštitom mentalnog zdravlja te je stoga kao stručnjak u ovome području imenovan prvo ispitivačem u području zdravstvene psihologije, a sada i provoditeljem stručnog nadzora rada psihologa.

Hrvatska psihološka komora samostalna je i neovisna strukovna organizacija psihologa u Republici Hrvatskoj koja brine za razvoj, stručnost, etičnost, zakonitost i ugled u psihološkoj djelatnosti na teritoriju Republike Hrvatske, stoga je velika čast i priznanje kada Komora u svoj rad uključuje istaknute psihologe iz prakse.

22. **Radionicom o vršnjačkom nasilju u Miklešu Zavod za javno zdravstvo završio je s provedbom edukacije učenika o ovoj temi u tekućoj nastavnoj godini**

U Osnovnoj školi Mikleš u ponedjeljak 12. lipnja 2023. godine provedena je radionica o vršnjačkom nasilju u okviru školskih preventivnih programa. Radionicu je proveo profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije i njome se u ovoj nastavnoj godini završava provedba specifične edukacije učenika o ovom važnom javnozdravstvenom pitanju i razvojnom riziku koju u školama u Virovitičko-podravskoj županiji provodi Zavod za javno zdravstvo.

Prevencija i suzbijanje vršnjačkog nasilja posredno je i prevencija ovisnosti, ali je i oblik skrbi o mentalnom zdravlju mladih, te je u sinergijskom djelovanju s ostalim edukacijama (o

slobodnom vremenu mladih, o štetnosti djelovanja droga, pijenja alkohola, pušenja duhanskih proizvoda i kockanja mladih) koje se također provode među mladima u školama i u zajednici jedan od temelja učinkovite prevencije rizičnih ponašanja mladih.

Suradnja Zavoda za javno zdravstvo i škola u Virovitičko-podravskoj županiji traje već godinama, ali je kao primjer dobre prakse prepoznata i izvan granica naše županije pa stručnjaci Zavoda na poziv škola provode edukaciju učenika i u susjednim županijama (prošle godine u Koprivničko-križevačkoj, a ove godine u Bjelovarsko-bilogorskoj županiji), što je primjer kako se učinkovito mogu koristiti i prenositi iskustva i znanja stručnjaka u provedbi preventivnih i zaštitnih aktivnosti, osobito kada je u pitanju očuvanje zdravlja i života djece i mladih.



23. **Sudjelovanje na predstavljanju knjige Dubravka Klarića povodom Međunarodnog dana borbe protiv zlouporabe droga i nezakonitog prometa drogama**

U ponedjeljak 26. lipnja 2023. godine u Muzeju policije na Policijskoj akademiji u Zagrebu održano je predstavljanje knjige „Droga: lažno zadovoljstvo i stvarni problemi“ kriminalista Dubravka Klarića. Knjigu su, uz autora, predstavili stručni recenzenti Zoran Zoričić, Miroslav Venus i Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije. Nastavak je ovo i dugogodišnje suradnje Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije i Dubravka Klarića. Ujedno je to i prilog obilježavanju Međunarodnog dana borbe protiv zlouporabe droga i nezakonitog prometa drogama koji se u svijetu obilježava upravo 26. lipnja.



24. **Siniša Brlas u Programskom odboru jubilarne 30. konferencije psihologa povodom 70 godina Hrvatskog psihološkog društva**

Tijekom 2023. godine održava se 30. godišnja konferencija hrvatskih psihologa, a ujedno se njome obilježava i veliki jubilej povodom 70 godina djelovanja Hrvatskog psihološkog društva (HPD). Hrvatsko psihološko društvo strukovna je udruga hrvatskih psihologa, osnovano je davne 1953. godine i od tada aktivno djeluje i potiče razvoj psihologije kao struke. Jedan od najprepoznatljivijih oblika djelovanja Hrvatskog psihološkog društva su godišnje konferencije psihologa, a 30. godišnja konferencija održat će se u studenome ove godine u Zagrebu. Ova dva velika jubileja okupila su najistaknutije hrvatske psihologe u Programski odbor konferencije, a veliku čast i privilegiju biti među njima dobio je i profesor Siniša Brlas, psiholog zaposlen u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije, tako da je ovo ujedno i Zavodu veliko priznanje za stručni i predani rad stručnjaka.

Profesor Brlas jedan je od najistaknutijih hrvatskih psihologa, iznimno je društveno angažiran u aktivnostima od javnog značaja, a osobito je zaslužan za razvoj psihologije ovisnosti kojom se bavi više od 20 godina. Za svoj je stručni rad dobio niz važnih priznanja i nagrada,

uključujući i „Zlatni grb Hrvatskog psihološkog društva“, najprestižniju i vrlo rijetku nagradu u psihologiji za osobito vrijedan doprinos struci.

25. **Provedena edukacija odgojno-obrazovnih djelatnika u Virovitičko-podravskoj županiji o mentalnozdavstvenoj pismenosti**

Tijekom studenoga 2019. godine u Hrvatskom zavodu za javno zdravstvo u Zagrebu održana je edukacija edukatora o mentalnozdavstvenoj pismenosti u programu PoMoZi Da (koji je dio projekta „Živjeti zdravo“), a kojega provodi Hrvatski zavod za javno zdravstvo u suradnji sa županijskim zavodima za javno zdravstvo. U ovoj je edukaciji ispred Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije sudjelovao profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje. Slijedom provedene edukacije edukatora, ove je godine u Virovitičko-podravskoj županiji održana i edukacija odgojno-obrazovnih djelatnika kojom će se unaprijediti njihova zdravstvena pismenost u području mentalnog zdravlja djece i mladih. Edukaciju su provele certificirane edukatorice Nataša Major i Ivana Širac, a provedena je od 21. do 23. kolovoza 2023. godine u Osnovnoj školi „Vladimir Nazor“ u Virovitici, i to nakon što je profesor Brlas prikupio podatke o zainteresiranim sudionicima edukacije i preuzeo ulogu da medijski promovira ovaj program u našoj županiji. Ova aktivnost primjer je uspješne interdisciplinarne i međusektorske suradnje u području proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju, osobito djece i mladih.



26. **U Zavodu za javno zdravstvo educirani anketari koji će u Virovitičko-podravskoj županiji provoditi terensko istraživanje o ovisnostima u općoj populaciji**

Istraživanje koje u našoj zemlji zajednički organiziraju Hrvatski zavod za javno zdravstvo i Institut za društvena istraživanja „Ivo Pilar“ iz Zagreba bit će do kraja 2023. godine provedeno i u Virovitičko-podravskoj županiji. Dijelom je to šireg istraživanja Europskog centra za praćenje droga i ovisnosti o drogama (EMCDDA). Nositelj provedbe u našoj je županiji Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije, a koordinator istraživanja je profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje. Profesor Brlas je 30. kolovoza 2023. proveo edukaciju prve skupine anketara koji će provoditi terenski dio istraživanja (anketiranje), a anketiranje na terenu započinje od ponedjeljka 11. rujna 2023. godine. Anketari koji su sudjelovali u ovoj edukaciju su iz redova djelatnika Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije i studenata.

ZLOUPORABA SREDSTAVA OVISNOSTI U OPĆOJ
POPULACIJI REPUBLIKE HRVATSKE 2023.

EDUKACIJA ANKETARA
U VIROVITIČKO-PODRAVSKOJ ŽUPANIJ

Siniša Brlas, prof.
koordinator istraživanja



27. **Proveden drugi krug edukacije anketara koji će provoditi terensko istraživanje o ovisnostima u općoj populaciji**

Koordinator istraživanja o ovisnostima u općoj populaciji za Virovitičko-podravsku županiju profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje proveo je 06. rujna 2023. drugi krug edukacije anketara (za drugu skupinu) koji će provoditi terenski dio istraživanja (anketiranje) na terenu, počevši od ponedjeljka 11. rujna 2023. godine. Anketari koji su sudjelovali u ovome krugu edukacije su studenti različitih fakulteta koji su se prijavili za sudjelovanje u istraživanju.

28. **Posljednja knjiga Dubravka Klarića predstavljena u Virovitičko-podravskoj županiji**

U ponedjeljak 11. rujna 2023. godine u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije održano je predstavljanje knjige „Droga: lažno zadovoljstvo i stvarni problemi“ kriminalista Dubravka Klarića. Predstavljanje je bilo namijenjeno policijskim službenicima Policijske uprave Virovitičko-podravske, a nazočni su dobili i besplatne primjerke knjige koje im je omogućio Zavod za javno zdravstvo. Knjigu su, uz autora, predstavili stručni recenzenti Miroslav Venus (ravnatelj Zavoda) i Siniša Brlas (voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje), a potom je autor održao predavanje na temu novih sredstava ovisnosti. Skup je pozdravio i Igor Andrović, župan Virovitičko-podravske županije. Nastavak je ovo dugogodišnje suradnje Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije i našeg poznatog kriminalista Dubravka Klarića u senzibiliziranju stručnjaka i građana naše županije o važnim pitanjima prevencije i suzbijanja ovisnosti.



29. **Sudjelovanje u obilježavanju Nacionalnog dana borbe protiv nasilja nad ženama**

U petak 22. rujna 2023. godine u Virovitičko-podravskoj županiji obilježen je Nacionalni dan borbe protiv nasilja nad ženama obilježavanje kojega za cilj ima osvijestiti i senzibilizirati društvo na problematiku nasilja nad ženama te poslati poruku o nultoj toleranciji prema svim oblicima nasilja nad ženama. Javna akcija koju je ovim povodom organizirala Udruga S.O.S. Virovitica u suradnji sa Županijskim timom za sprečavanje i borbu protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji u Virovitičko-podravskoj županiji provedena je ispred Gradske knjižnice i čitaonice Virovitica u vremenu između 10 i 12 sati. U akciji je sudjelovao i profesor Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije, koji je u ime Zavoda član Županijskog tima. U Zavodu se s problematikom nasilja u obitelji i nasilja nad ženama stručnjaci najviše susreću prilikom provedbe sudskih mjera liječenja od ovisnosti o alkoholu koje sudovi obično izriču osobama koje su pod utjecajem alkohola počinile nasilje u obitelji. Prevencija nasilja u obitelji je ustvari i prevencija ovisnosti o sredstvima pod utjecajem kojih se nasilje najčešće i događa.

22. rujna -
Nacionalni dan
borbe protiv
nasilja nad ženama



30. Aktivno obilježavanje Svjetskog dana mentalnog zdravlja

U subotu 07. listopada 2023. godine u Tehnološko-inovacijskom centru Virovitica održan je međužupanijski šahovski turnir uoči Svjetskog dana mentalnog zdravlja. Tim povodom je organiziran i stručni skup pod nazivom „Šah i mentalno zdravlje“ na kojemu je profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije održao predavanje „Proaktivna skrb o mentalnom zdravlju“. Na skupu su bili nazočni stručnaci službi za ovisnosti i mentalno zdravlje iz više susjednih županijskih zavoda za javno zdravstvo, koji su također imali izlaganja.



31. Nazočnost javnozdravstvenoj akciji u Osijeku povodom Svjetskog dana mentalnog zdravlja

U subotu 14. listopada 2023. godine u Osijeku (Kopika) je povodom obilježavanja Svjetskog dana mentalnog zdravlja održana javnozdravstvena akcija pod nazivom „Trčimo za mentalno zdravlje“. Ovoj je javnozdravstvenoj akciji nazočio i profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije.

Organizator ove aktivnosti je Filozofski fakultet Sveučilišta u Osijeku na kojemu profesor Brlas kao gost-predavač već godinama studentima psihologije održava predavanja o mentalnom zdravlju, a također je i mentor studentima Filozofskog fakulteta na studentskoj praksi. Suorganizatori utrke su Sportsko rekreacijski klub trkačkih rekreativaca i zaljubljenika u trčanje „Run4Fun“ i Studentski zbor Sveučilišta u Osijeku, uz potporu Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta.

Tjelesno i mentalno zdravlje u čvrstoj su vezi pa je svako ulaganje u tjelesno zdravlje ujedno ulaganje i u mentalno zdravlje. Zbog toga su javnozdravstvene akcije koje uključuju tjelesnu aktivnost, poput navedene utrke, dobrodošla dodana vrijednost naporima usmjerenima proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju. U galeriji je moguće vidjeti koji su benefiti trčanja za mentalno zdravlje (ilustracije su preuzete s internet stranice organizatora).



32. **Javni poziv za sudjelovanjem u izradi novoga izdanja 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. Istraživanje koje je tijekom deset školskih godina provedeno među učenicima u našoj županiji, a kasnije i među studentima, ukazalo je 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 14 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 je godine po redu 15. izmijenjeno i dopunjeno izdanje vodiča kao dio programa „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“. Izdavač Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravške županije i ove je godine pozvao 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 www.zzjzvpz.hr/hr/sadrzaj/knjiznica/knjige/iskoristi_dan_u_vpz_2022.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 2023. godine. Autori publikacije odlučit će o primjerenosti njihovog uvrštavanja u vodič.

33. **Nazočnost obilježavanju 20 godina rada Udruge Ne-ovisnost iz Osijeka**

U utorak 14. studenoga 2023. godine u Osijeku je održana svečanost povodom obilježavanja 20 godina djelovanja Udruge za borbu protiv ovisnosti Ne-ovisnost iz Osijeka. Udruga Ne-ovisnost jedna od najvažnijih karika u lancu psihosocijalne rehabilitacije liječenih ovisnika u našoj zemlji, a potencijal suradnje odavno je prepoznat i od stručnjaka Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravške županije (u terapijsku zajednicu Udruge upućivani su i klijenti Zavoda), tako da stručnjaci Zavoda imaju dugu i učinkovitu suradnju s ovim iznimno važnim dionikom međusektorske suradnje u borbi protiv ovisnosti.

Na ovoj je svečanosti bio nazočan i profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravške županije. Profesor Brlas dugogodišnji je suradnik Udruge Ne-ovisnost; sudjelovao je aktivno u edukaciji stručnjaka ove Udruge te u razvoju njihovog programa terapijske zajednice, a predsjednik Udruge Tomislav Mišetić na poziv profesora Brlasa sudjelovao je na simpoziju o ovisnostima na konferenciji psihologa u Zagrebu.

Međusektorska suradnja dionika u borbi protiv ovisnosti pretpostavka je interdisciplinarne suradnje stručnjaka, a ova je suradnja pretpostavka učinkovite borbe protiv ovisnosti i važna je ne samo na županijskoj, nego i na svim ostalim razinama djelovanja.



34. Na početku Mjeseca borbe protiv ovisnosti Zavod za javno zdravstvo u Virovitičko-podravskoj županiji uspješno proveo istraživanje o ovisnostima u općoj populaciji

Istraživanje o ovisnostima u općoj populaciji koje su u Republici Hrvatskoj zajednički organizirali Hrvatski zavod za javno zdravstvo i Institut za društvena istraživanja „Ivo Pilar“ iz Zagreba uspješno je od rujna do studenoga ove godine provedeno i u Virovitičko-podravskoj županiji. Nositelj provedbe u našoj je županiji bio Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije, a koordinator istraživanja bio je profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje.

Naš županijski Zavod za javno zdravstvo među prvima je u Hrvatskoj proveo ovo terensko istraživanje, i to prije krajnjeg roka provedbe, a sve zahvaljujući pravovremenoj i na iskustvu utemeljenoj pripremi, koordinaciji i vođenju anketara (terenskih istraživača).

Uspješna provedba organizacijski iznimno zahtjevnog istraživanja na najbolji je mogući način obilježila početak Mjeseca borbe protiv ovisnosti u našoj županiji, a koji se obilježava između 15. studenoga i 15. prosinca svake godine.

35. Objavljen tekst povodom Mjeseca borbe protiv ovisnosti: Nikotin i kofein - poznati rizici za djecu i mlade u novom ruhu

Povodom Mjeseca borbe protiv ovisnosti u medijskom je prostoru objavljen informativno-edukativni tekst profesora psihologije Siniše Brlasa, voditelja Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje. Slijedi tekst:

Istraživanje svijeta i eksperimentiranje djece i mladih dijelom su njihova rasta i razvoja, a rizična ponašanja koja se pritom mogu pojaviti kolateralna su opasnost za taj razvoj. Jedan od oblika rizičnog ponašanje je i ovisničko ponašanje. Ono uključuje štetnu zloupotrebu sredstava ovisnosti i/ili uzimanje tvari koje mogu imati štetno djelovanje na rast, razvoj i zdravlje općenito te dovesti do ovisnosti. Ovisničko ponašanje može, ali i ne mora završiti s ovisnošću, ali ovisnost (ako se razvije) uvijek nužno uključuje ovisničko ponašanje. Bez ovisničkog ponašanja nema ovisnosti.

U mnoštvu raznovrsnih utjecaja i tvari kojima su djeca i mladi izloženi, u posljednje se vrijeme stručna i opća javnost osobito zainteresirala za nikotinske vrećice i e-cigarete te takozvana visokoenergetska pića. Razvila se polemika koja traje već neko vrijeme, a Mjesec borbe protiv ovisnosti dobra je prigoda pojasniti o čemu se radi.

Nikotinske vrećice, kao što sam naziv i sugerira, sadrže koncentrirani dehidrirani nikotin. Nikotin je, kako se to navodi u Terminološkom opisnom rječniku ovisnosti autora Siniše Brlasa, aktivni sastojak duhana i glavni uzrok ovisnosti o pušenju listova te biljke. Otrovan je i djeluje na središnji i periferni živčani sustav. Međutim, u listu duhana postoje tisuće i drugih spojeva, ne samo nikotin, dok je u nikotinskim vrećicama on glavni sastojak u iznimno visokoj koncentraciji. Korištenjem nikotinskih vrećica, obično u direktnom doticaju sa sluznicom u tijelu, dolazi do naglog uvođenja nikotina u krvotok i do vrlo brze intoksikacije (otrovanja). Otrovanje nije nimalo bezazleno jer zadržavanje nikotinske vrećice u doticaju sa sluznicom dulje od nekoliko minuta može imati fatalan odnosno smrtni ishod. Stoga smo na tragu potpune zabrane ovih vrećica za djecu i mlade.

Osim nikotinskih vrećica, vrlo je popularno među mladima „pušiti“ e-cigarete. Radi se ustvari o inhaliranju aerosoli koje nastaju zagrijavanjem tekućine u ovim proizvodima (dakle ne radi se o pušenju), a u tekućini se nalazi i nikotin. Iako će neki stručnjaci reći kako e-cigarete mogu pomoći okorjelim pušačima u odvikavanju od pušenja, jer tako lakše mogu kontrolirati smanjivanje unosa nikotina, za djecu i mlade koji nemaju pušačko iskustvo e-cigarete predstavljaju opasnost za početak pušenja odnosno one su svojevrsni oblik nikotinske inicijacije mladih u svijet pušenja duhana, a vrlo često potom slijedi i pušenje ostalih sredstava poput marihuane ili sintetskih kanabinoida. Na ovaj su način mladi posredno na putu i prema ostalim sredstvima ovisnosti odnosno drogama.

Energetska pića, koja se često takvima deklariraju, ustvari su napitci s visokokoncentriranim kofeinom. Prema spomenutom rječniku, kofein je alkaloid koji se nalazi u kavi, čaju, energetskim pićima pa čak i u čokoladi, kao prirodna tvar nalazi se u mnogim biljkama, a dodaje se i lijekovima kako bi se poboljšala njihova učinkovitost. Kofein ubrzava rad srca, održava stanje budnosti, ima diuretski učinak, povišuje krvni tlak, proširuje dišne putove i pomaže otpuštanju masti u krvotok. Tolerancija na kofein može se izgraditi vrlo brzo, već u

nekoliko dana, a to znači da ga je potrebno sve više za sličan učinak. Apstinencijski simptomi uključuju glavobolju, pospanost i tromost, nekoncentriranost, a u nekim slučajevima tjeskobu, mučninu ili povraćanje. Intoksikacija kofeinom (obično konzumacija velike količine kofeina, što je slučaj upravo s energetske pićima) dovodi do simptoma koji ometaju uobičajeno socijalno i intelektualno funkcioniranje. Kofein ne daje zaista dodatnu energiju nego blokira osjećaj umora, važnog signala iz našeg tijela koji nam govori da smo iscrpljeni i da trebamo obnoviti energetske zalihe, pa ako nemamo osjećaj da smo umorni, čini nam se da smo puni energije. A ustvari je sasvim suprotno. Za djecu i mlade u adolescenciji ovako visoka razina kofeina nepovoljno djeluje i na razvoj mozga, što se u školi može očitovati u nekoncentriranosti na nastavi, sporijem usvajanju znanja i u konačnici slabijem obrazovnom postignuću.

Eksperimentiranje je važan dio života mladih, ali ono treba i mora biti odgovorno. To znači da je preporuka mladima neka eksperimentiraju i istražuju ostala područja svojega interesa koja ne štete zdravlju, a donose mnogo ugone i zadovoljstva, kao što su sportske, kulturne i slične aktivnosti koje potiču usvajanje novih znanja i razvoj sposobnosti i vještina korisnih za život. Pomoć u tome odabiru mladima može biti i vodič za pomoć u osmišljavanju slobodnog vremena djece i mladih „Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji“.

Plava televizija u suradnji s profesorom Sinišom Brlasom, voditeljem Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravške županije pripremila je jedan prilog o ovoj temi, a objavljen je ovdje: <https://www.facebook.com/plava.tv/videos/853553396315650>

36. Sudjelovanje na supervizijskom sastanku u Slavonskom Brodu

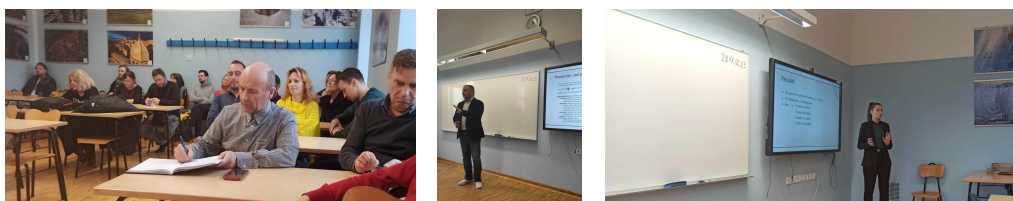
U četvrtak 23. studenoga 2023. godine u Slavonskom Brodu je održan supervizijski sastanak stručnjaka koji rade s liječenim alkoholičarima. Supervizijski su sastanci zamišljeni kao profesionalna podrška u radu stručnjaka, ali i kao oblik razmjene iskustava i kolegijalna pomoć u rješavanju složenijih slučajeva.

Na ovome je sastanku sudjelovao i profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravške županije. Superviziju su vodila naša dva istaknuta stručnjaka adiktologa i sistemska terapeuta, prof. dr. sc. Zoran Zoričić i prim. dr. sc. Anto Orešković. Desetak stručnjaka koji rade s liječenim alkoholičarima na području Slavonije razmatralo je izazove s kojima se susreću u radu te o mogućnostima unapređivanja mreže suradnje. Profesor Brlas iznio je svoja iskustva i mišljenje o tome kako se može osnažiti međusektorska suradnja, a iznio je i prijedloge o instrumentima osobnog osnaživanja, rasta i razvoja terapeuta u klubovima kroz izradu sustava (samo)evaluacije.

37. U Gimnaziji Petra Preradovića Virovitica prikazani rezultati o ovisničkim ponašanjima učenika tijekom 40 godina

U utorak 28. studenoga 2023. godine u Gimnaziji Petra Preradovića Virovitica predstavljani su rezultati istraživanja o ovisničkim ponašanjima učenika virovitičke Gimnazije tijekom proteklih 40 godina. Rezultate su predstavili psiholozi Siniša Brlas i Sanja Lješćak na Nastavničkom vijeću u okviru obilježavanja Mjeseca borbe protiv ovisnosti. Istraživanje je osmislio profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravške županije. Radi se ustvari o analizi podataka o rizičnim odnosno ovisničkim ponašanjima učenika (pijenje alkohola, pušenje i zloupotreba droga) koji su prikupljeni u istraživanjima provedenima 1983., 1988. i 2023. godine. U prvom su valu istraživanja u tadašnjem Centru za odgoj i usmjereno obrazovanje podatke prikupili Stjepan Brlas i Slavko Sakoman 1983. godine, u drugom je valu u istome Centru istraživanje proveo Siniša Brlas 1988. godine u okviru svojeg završnog (maturalnog) rada u kojemu je usporedio ove podatke s onima iz 1983. godine, a u trećem su valu podatke prikupili psiholozi Siniša Brlas i Sanja Lješćak u Gimnaziji Petra Preradovića Virovitica tijekom 2023. godine. Korišten je istovjetan obrazac prikupljanja podataka što je omogućilo i usporedbu dobivenih rezultata i prikaz trendova u ponašanjima učenika različitih generacija. Primijenjen je anketni upitnik, a pitanja su bila o pušenju, pijenju alkohola i zlouporabi droge te o dobi i spolu. Obuhvaćeni su učenici od 1. do 3. razreda gimnazijskih usmjerenja u Virovitici, sveukupno 1694 učenika oba spola (1291 ispitanik 1983., 182 ispitanika 1988. i 221 ispitanik 2023.

godine). Rezultati analize pokazuju kako u pijenju alkohola između 33% učenika 1983. i njih 27% 1988. godine nema statistički značajne razlike, dok 2023. učenici statistički značajno više piju (66%) u odnosu na prethodna istraživanja. Drogu je i 1983. i 1988. godine zloupotrijebilo 4% učenika, a 2023. godine njih 9% i to je povećanje statistički značajno. U 1983. godini pušilo je 29% učenika, 1988. godine njih 18% (što je statistički značajno manje), te 2023. godine njih 14% što nije statistički značajno smanjenje u odnosu na 1988. godinu. Također je uočen novi trend štetne zloupotrebe, a to je „pušenje“ (ustvari inhaliranje) e-cigareta koje 2023. godine upotrebljavalo 15% učenika, njih više nego što ih puši klasične cigarete. Rezultati ukazuju na trendove u ovisničkim ponašanjima mladih koje podrazumijevaju unos štetnih tvari u organizam: s godinama sve manje puše, ali sve više piju alkohol i zloupotrebljavaju droge. Njihovi su obrasci ponašanja odraz generacijskih promjena, a ponašanja su posljedica i dostupnosti pojedinih sredstava ovisnosti. Istraživanje je pokazalo kako mladi kroz generacije mijenjaju obrasce rizičnih ponašanja, usvajaju i nove oblike rizičnih ponašanja (pušenje e-cigareta), ali su ustvari tijekom rasta i razvoja stalno izloženi rizičnim činiteljima za razvoj ovisnosti. Ovakvi su podaci iznimno važni jer mogu poslužiti razumijevanju ponašanja mladih te se mogu koristiti za osmišljavanje i implementaciju preventivnih programa usmjerenih djeci i mladima, osobito u okviru školskih preventivnih programa, a takvi se programi utemeljeni na rezultatima istraživanja kontinuirano već i provode u Virovitičko-podravskoj županiji.



38. U Studentskom domu Virovitica održana tribina o mentalnom zdravlju mladih

Teškoće s mentalnim zdravljem kod velikog se broja ljudi pojavljuju već u njihovoj mlađoj životnoj dobi, a čak petina djece i mladih ima neke teškoće s mentalnim zdravljem. Stoga je prevencija mentalnih poremećaja u ranoj životnoj dobi koju još nazivamo i proaktivnom skrbi o mentalnom zdravlju zalog boljeg mentalnog zdravlja kasnije u životu, a ulaganje u mentalno zdravlje mladih ujedno je i ulaganje u bolje mentalno zdravlje cjelokupne populacije.

Slijedom toga je u Studentskom domu Virovitica 28. studenoga 2023. godine održana tribina za studente pod nazivom „Malim koracima do cilja“. Tribinu je vodio profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije.

Profesor Brlas studente je potaknuo na promišljanje o tome kako se donose odluke u životu i što upravlja našim ponašanjem, zatim kako postavljati ostvarive ciljeve u životu i što se događa kada se ciljevi ne mogu ostvariti. Temelj rasprave bila je posljednja knjiga profesora Brlasa o mentalnom zdravlju pod nazivom „Malim koracima do cilja“ koja je i zamišljena kao vodič za bolje samorazumijevanje kako bismo ostali „normalni“ i sačuvali svoje mentalno zdravlje, jer bez dobrog mentalnog zdravlja nema ni dobrog općeg zdravlja.

Nastavak je ovo suradnje Zavoda za javno zdravstvo i Studentskog doma Virovitica koja je započela otvaranjem Studentskog doma prije nekoliko godina. Na ovaj način stručnjaci Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije daju svoj aktivan doprinos očuvanju zdravlja mladih.



39. **U Gradskoj knjižnici i čitaonici Virovitica za građane održano predavanje o mentalnom zdravlju**

U srijedu 13. prosinca 2023. godine u Gradskoj knjižnici i čitaonici Virovitica održana je promocija posljednje u nizu knjige profesora psihologije Siniše Brlasa. Radi se o knjizi „Malim koracima do cilja - vodič za bolje samorazumijevanje ili kako ostati normalan i sačuvati mentalno zdravlje“ u izdanju Medicinske naklade iz Zagreba, renomiranog nakladnika stručne literature u našoj zemlji. Profesor Brlas održao je pritom i kraće izlaganje o uzrocima našega ponašanja, motivima koji to ponašanje usmjeravaju prema ciljevima koje smo postavili, ali i o rizicima za mentalno zdravlje ako ne uspijemo ostvariti ciljeve te kako postavljati ostvarive ciljeve u životu odnosno kako malim koracima možemo ostvariti željene ciljeve.

U poplavi takozvane self-help literature odnosno navodnih vodiča za samopomoć, prosječnom čitatelju nije lako procijeniti što mu od onoga što se nudi zaista može i pomoći. Autori pojedinih takvih djela niti nisu stručnjaci pomažućih zanimanja pa je tržište preplavljeno kvaziznanstvenom literaturom samoproglašanih „stručnjaka“ koja ponekad može nanijeti više štete nego koristi. Stoga je Siniša Brlas stručne i znanstvene spoznaje psihologije ponudio u formi vodiča za bolje samorazumijevanje doživljavanja i ponašanja. Kao psihologu koji se već dulji niz godina bavi proaktivnom skrbi o mentalnom zdravlju, Siniši Brlasu je bilo važno svoja stručna znanja i iskustva staviti na raspolaganje što većem broju ljudi, ali na način koji će većini biti razumljiv.

Knjiga je dostupna u Biblioteci Knjigolijek Medicinske naklade, ali i u Bosni i Hercegovini i Srbiji, što samo pokazuje koliko je ovakav pristup očuvanju mentalnog zdravlja prepoznat diljem regije. Veliko je priznanje autoru što je knjiga prepoznata i tražena i izvan naših granica, ali to i nije neobično ako se zna da Siniša Brlas već godinama održava predavanja o mentalnom zdravlju na mnogim sveučilištima u zemlji i inozemstvu te je prepoznat kao vrsni stručnjak u ovome području. Kao pokazatelj stručnosti u pristupu temama važnima za očuvanje mentalnog zdravlja i činjenica je da su stručni recenzenti ove knjige sveučilišni profesori prof. dr. sc. Gorka Vuletić i prof. dr. sc. Josip Burušić, znanstvenici i psiholozi koji su svojim stručnim i znanstvenim autoritetom podržali ovu jedinstvenu knjigu.



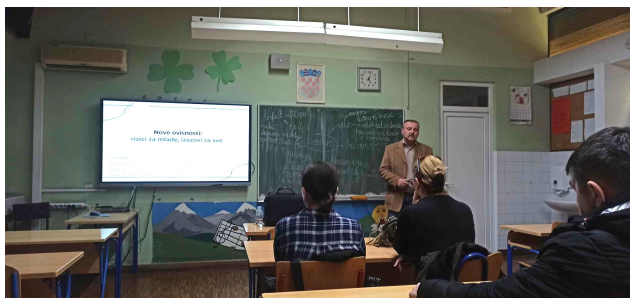
40. **Održana edukacija roditelja učenika osnovne škole Vladimir Nazor Virovitica o novim ovisnostima mladih**

Profesor Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije održao je 14. prosinca 2023. godine predavanje na temu „Nove ovisnosti; rizici za mlade, izazovi za sve“ roditeljima učenika šestog razreda na zajedničkom roditeljskom sastanku u Osnovnoj školi Vladimir Nazor Virovitica. Nastavak je to suradnje Zavoda s odgojno-obrazovnim ustanovama u Virovitičko-podravskoj županiji u aktivnostima koje su usmjerene prevenciji rizičnih ponašanja mladih te afirmaciji njihova zdravlja, ali je i doprinos obilježavanju Mjeseca borbe protiv ovisnosti.

Novo vrijeme i suvremeni način života generiraju i nove izazove, kako za mlade, tako i za njihove učitelje i roditelje. Mladi su skloni eksperimentiranju, to je dio njihova razvoja u razdoblju puberteta i adolescencije, ali to eksperimentiranje može biti i izvor rizika za njih. Osobito je to slučaj sa sredstvima ovisnosti lepeza kojih je sve šira, pa je već u osnovnoj školi važno provoditi preventivne postupke usmjerene smanjenju potražnje ovih sredstava kod

mladih. Stoga je ovo predavanje roditeljima u okviru školskog preventivnog programa doprinos specifičnoj edukaciji roditelja da znaju prepoznati rizike za djecu i mlade.

Predavanje profesora Brlasa roditeljima učenika doprinos je javnozdravstvenom djelovanju usmjerenom prevenciji i suzbijanju rizičnih ponašanja, a istovremeno i afirmaciji zdravlja djece i mladih. Godinama se na ovakav ili slične načine promoviraju i mnoge važne teme za mlade; od štetnosti djelovanja droga, pušenja duhanskih proizvoda, pijenja alkohola, ispitne tjeskobe, kockanja mladih pa do važnosti organiziranja slobodnog vremena. Upravo se prevencijom ovisnosti profesor Brlas bavi već dulje od 25 godina, u kontekstu razumijevanja zaštitnih i rizičnih činitelja za rast i razvoj mladih u okviru psihologije ovisnosti. Istraživao je ovaj fenomen i objavljivao o tome stručne radove te napisao brojne knjige o ovoj temi pa je stoga relevantan stručnjak u ovome području.



41. **Objavljeno polujubilarno 15. izdanje vodiča za mlade „Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji“**

U prosincu 2023. godine je objavljeno petnaesto, izmijenjeno i dopunjeno izdanje vodiča za pomoć u osmišljavanju slobodnog vremena djece i mladih "Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji". Tako se prigodno obilježio i završetak Mjeseca borbe protiv ovisnosti u našoj županiji. Već 15 godina stručnjaci iz Virovitičko-podravске županije uspješno razvijaju u našoj zemlji jedinstveni projekt „Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji“ 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, evo već 15 godina za redom, pod nazivom "Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji" provodi i na cjelokupnom području Virovitičko-podravске 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-podravске županije, članovi Povjerenstva za suzbijanje bolesti ovisnosti Virovitičko-podravске županije i suradnici iz pojedinih škola 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 nastavnici te 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 elektroničkom obliku na internetskoj stranici Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije (www.zzjzvpz.hr/hr/sadrzaj/knjiznica/knjige/iskoristi_dan_u_vpz_2023.pdf). Vodič je i ove godine financiran sredstvima Ministarstva zdravstva iz preventivnog programa koji pod nazivom „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ u Virovitičko-podravskoj županiji već treću godinu za redom provodi Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije.

Izdavač vodiča je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije, a urednici su Miroslav Venus, Vesna Šerepac i Siniša Brlas.



42. **Završena provedba projekta i objavljena publikacija o projektu „Suradnjom do trijeznog suživota“**

Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije uspješno je do 15. prosinca 2023. godine ostvario sve aktivnosti u projektu „Suradnjom do trijeznog suživota“ te je o tome izrađena i publikacija. Zavod je u suradnji s partnerima (udruženjima klubova liječenih alkoholičara iz Virovitice i Slatine) tijekom 2023. godine nastojao osnažiti stručne kapacitete klubova liječenih alkoholičara kako bi oni bili što učinkovitija podrška liječenju alkoholičara. Alkoholizam je jedan od najvećih javnozdravstvenih problema i veliki je stručni i javni izazov svima koji se suprotstavljaju ovome problemu. Sustav klubova liječenih alkoholičara može biti učinkoviti oblik pomoći liječenim alkoholičarima u njihovoj borbi s ovim problemom u pokušaju da očuvaju i održe postignutu apstinenciju od pijenja alkohola. Ovim je projektom osigurana potpora radu stručnih timova u klubovima liječenih alkoholičara, provedena je i edukacija stručnjaka koji se u svome radu susreću s alkoholičarima ili s osobama koje prekomjerno piju alkohol te je tiskana i publikacija „Kako ne utopiti život i obitelj u alkoholu?“ koja je podijeljena liječenim alkoholičarima. Set ovih aktivnosti imao je za cilj osnažiti kapacitete dionika za učinkovitiju skrb o zdravlju ove osobito ugrožene populacijske skupine. Voditelj projekta bio je profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije. Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije tako je ponovno postavio nove visoke standarde u prevenciji rizičnih ponašanja i bolesti ovisnosti, ali i u međusektorskoj suradnji dionika prevencije i suzbijanja ovisnosti.



43. Na Sveučilištu u Osijeku profesor održano gostujuće predavanje o ovisnostima i mentalnom zdravlju

Profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije gostovao je 20. prosinca 2023. godine na Sveučilištu u Osijeku. Ondje je na Filozofskom fakultetu studentima psihologije održao stručno predavanje o prevenciji i suzbijanju ovisnosti te proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju. Siniša Brlas jedan je od vodećih domaćih stručnjaka u području prevencije i suzbijanja ovisnosti, ali i jedan od vodećih stručnjaka u regiji u području psihologije ovisnosti kao relativno novoga područja primijenjene psihologije. Ovo njegovo gostovanje na Sveučilištu u Osijeku tek je posljednje u nizu predavanja koja je do sada održavao na različitim sveučilištima u našoj i susjednim zemljama. Gostovanja profesora Brlasa kao pozvanog predavača na cijenjenim sveučilištima u regiji (u Zagrebu, Osijeku, Zadru, Pečuhu, Tuzli, Mostaru, Sarajevu, Novom Sadu, Slavanskom Brodu...) rezultat su njegova bavljenja psihologijom ovisnosti i proaktivnom skrbi o mentalnom zdravlju već gotovo 25 godina, zbog čega je do sada dobio niz prestižnih priznanja i nagrada, uključujući i „Zlatni grb Hrvatskog psihološkog društva“, najprestižniju nagradu u psihologiji. Bogata iskustva profesora Brlasa u prevenciji i suzbijanju ovisnosti jedinstvena su čak i izvan granica naše zemlje pa ih je profesor Brlas do sada zato i imao priliku predstaviti i stručnjacima u Mađarskoj, Srbiji i Bosni i Hercegovini, a na hrvatskim sveučilištima svoja znanja i iskustva već godinama prenosi studentima. Odras je ovo ujedno i dugogodišnjeg stručnog rada u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije, ali je također i još jedan pokazatelj kako Virovitica i Virovitičko-podravska županija imaju vrsne stručnjake od kojih mogu učiti i sadašnji i budući stručnjaci.



44. Završena provedba programa i objavljena publikacija o završnoj godini programa „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“

Nakon trogodišnje provedbe završetkom 2023. godine završila je i provedba preventivnog programa pod nazivom „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“. Zavod je u suradnji s partnerima (udruženjima klubova liječenih alkoholičara iz Virovitice i Slatine) te partnerima od 2021. do 2023. godine nastojao osnažiti samozaštitne kapacitete mladih u Virovitičko-podravskoj županiji u području prevencije od ovisnosti o alkoholu. Voditelj programa bio je profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije.

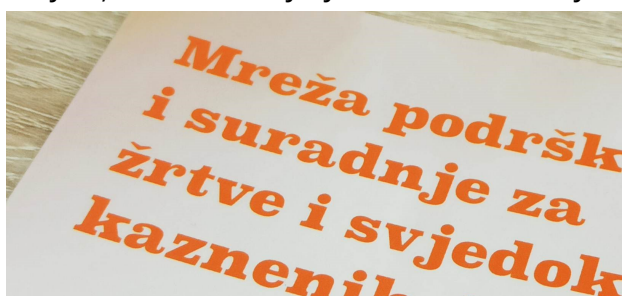


5. Sudjelovanje na stručnim, znanstvenim i ostalim skupovima

1. Sudjelovanje u edukaciji o radu sa žrtvama nasilja u obitelji

Od 17. do 19. siječnja 2023. godine u Donjoj Stubici je održana edukacija za stručnjakinje i stručnjake koji rade sa ženama žrtvama nasilja i žrtvama nasilja u obitelji. Edukacija je organizirana u okviru projekta „Centar za podršku, savjetovanje i osnaživanje” kojega provodi Virovitičko-podravska županija u suradnji s projektnim partnerom Udrugom S.O.S. Virovitica. Izvoditelj ove edukacije bila je Ženska soba iz Zagreba.

U edukaciji je sudjelovao i profesor psihologije Siniša Brlas, koji je ispred Zavoda član Županijskog tima za sprečavanje i borbu protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji u Virovitičko-podravskoj županiji. Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok” Virovitičko-podravske županije doprinosi prevenciji i suzbijanju nasilja u Virovitičko-podravskoj županiji najviše prilikom provedbe sudskih mjera liječenja od ovisnosti o alkoholu koje sudovi izriču osobama koje su pod utjecajem alkohola počinile nasilje u obitelji. Mjere se potom provode Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok” Virovitičko-podravske županije, što prvenstveno uključuje rad s počiniteljima, ali u određenoj mjeri i sa žrtvama nasilja u obitelji.



2. Aktivno sudjelovanje na prvoj domaćoj konferenciji o interdisciplinarnoj suradnji

Prvi puta u našoj je zemlji održana konferencija koju je zajednički organiziralo pet strukovnih komora koje okupljaju stručnjake pomagačkih zanimanja: edukacijske rehabilitatore, psihologe, psihoterapeute, socijalne pedagoge i socijalne radnike. Konferencija pod nazivom „Interdisciplinarnost kao resurs – sinergija i suradnja stručnjaka za otpornije i održivo društvo” održana je od 23. do 25. veljače 2023. godine u Vodicama. U okolnostima koje predstavljaju izniman profesionalni i osobni izazov stručnjacima u područjima prepoznavanja prostora za djelovanje, prevencije i djelovanja u aktivnostima koje trebaju biti na dobrobit i razvoj pojedinca i društva, iznimno je važna suradnja. Stoga je cilj ove konferencije bio potaknuti promišljanja o međusobnoj suradnji različitih profesija te interdisciplinarnosti i međuresornoj suradnji kao resursu u aktualnom vremenu, a u područjima stručnoga rada s obitelji, promocije i očuvanja mentalnog zdravlja te osobnog rasta i razvoja.

Na ovoj je konferenciji aktivno sudjelovao i profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok” Virovitičko-podravske županije izlaganjem na temu „Mjesto i uloga psihologije u interdisciplinarnom kontekstu borbe protiv ovisnosti” u okviru kojega je predstavio i svoju knjigu „Psihologija ovisnosti u interdisciplinarnom kontekstu borbe protiv ovisnosti” koja se svojim naslovom i sadržajem potpuno uklopila u glavnu temu konferencije. Ovo je prva i za sada jedina knjiga iz područja psihologije ovisnosti u našoj zemlji, ali i u regiji, pa ju je profesor Brlas od 2018. godine kada je izdana imao priliku predstaviti na više domaćih i inozemnih stručnih i znanstvenih skupova. Profesor Brlas ovom je knjigom godinama ranije prepoznao i afirmirao interdisciplinarnu suradnju kao imperativ u prevenciji rizika za zdravlje ljudi pa je bilo sasvim razumljivo i prirodno da knjiga bude predstavljena stručnjacima i na prvom domaćem skupu o interdisciplinarnoj suradnji. Izdavač prvoga izdanja knjige je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok” Virovitičko-podravske županije, dok je knjiga sada dostupna u izmijenjenom i dopunjenom izdanju pod nazivom „Psihologija ovisnosti u prevenciji i suzbijanju ovisnosti” kod nakladnika Novi redak iz Zagreba.

Ovime se pokazuje kako stručnjaci Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije ne samo da prepoznaju važnost pojedinih specifičnih pristupa u skrbi o zdravlju, već vrlo često postavljaju i standarde u stručnom djelovanju.



3. Sudjelovanje na skupu o prevenciji nasilja i zaštiti žrtava nasilja

U okviru projekta „Centar za podršku, savjetovanje i osnaživanje“ koji provodi Virovitičko-podravska županija u suradnji s Udrugom S.O.S. Virovitica, u petak 24. ožujka 2023. godine u Tehnološko-inovacijskom centru u Virovitici održana je edukacija djelatnika u zdravstvu i sustavu socijalne skrbi. Edukacija je uključivala prevenciju rodno uvjetovanog nasilja, prepoznavanje oblika nasilja koji se teže prepoznaju, pristup u radu sa žrtvama nasilja i prava žrtava rodno uvjetovanog nasilja.

Na ovom je skupu sudjelovao i profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije koji je u ime Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije član Županijskog tima za sprečavanje i borbu protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji u Virovitičko-podravskoj županiji.



4. Sudjelovanje na stručnom sastanku službi za ovisnosti i mentalno zdravlje

U petak 31. ožujka 2023. godine u Nastavnom zavodu za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije održan je prvi po redu Travanjski sastanak djelatnika službi za zaštitu mentalnog zdravlja i prevenciju ovisnosti županijskih zavoda za javno zdravstvo i terapeuta u klubovima liječenih alkoholičara Slavonije. Sastanak su organizirali Služba za zaštitu mentalnog

zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije i lokalna Zajednica klubova liječenih alkoholičara.

U prvom dijelu skupa predavanja su održali alkoholozi Zoran Zoričić i Anto Orešković, a u drugom je dijelu bila supervizijska rasprava o tretmanu liječenih alkoholičara.

Na ovom su skupu iz Virovitičko-podravske županije sudjelovali psihijatri Sanea Mihaljević i psiholog Siniša Brlas iz Službe za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije te dvije terapeutkinje iz Oglednog kluba liječenih alkoholičara Pitomača.

5. Provedena edukacija stručnjaka u okviru projekta „Suradnjom do trijeznog suživota“ koji se provodi u našoj županiji

U Virovitičko-podravskoj županiji tijekom 2023. godine provodi se projekt pod nazivom „Suradnjom do trijeznog suživota“. Projekt provodi Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije (koji je i nositelj ovoga projekta) u suradnji s partnerima (udruženjima klubova liječenih alkoholičara iz Virovitice i Slatine).

U posljednje vrijeme svjedoci smo osobito štetnih događaja u prometu, često i s tragičnim posljedicama, a u mnogima od njih sudjelovali su i vozači pod utjecajem alkohola. Osim toga, osobe koje učestalo i prekomjerno konzumiraju alkoholna pića, što je štetno i opasno za njihovo zdravlje i sigurnost, često su sudionici i obiteljskog nasilja slijedom čega im sudovi izriču mjere liječenja, a takve se osobe onda uključuju i u pojedine oblike grupne samopomoći (najčešće u klubove liječenih alkoholičara). Ovo su samo neki od važnih razloga zbog kojih je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije u suradnji s partnerima (udruženjima klubova liječenih alkoholičara) započeo s provedbom obuhvatne prevencije u borbi protiv rizika uzrokovanih pijenjem alkohola i osnaživanjem psihosocijalne rehabilitacije liječenih alkoholičara.

Kako bi se osnažili kapaciteti dionika za što učinkovitiju borbu protiv alkoholizma i alkoholom uzrokovanih poremećaja, Zavod za javno zdravstvo je u okviru ovoga projekta organizirao edukaciju stručnjaka koji se u svojem radu susreću s problematikom vezanom uz pijenje alkohola. Edukacija je provedena u Zavodu za javno zdravstvo u četvrtak 20. travnja 2023. godine. Edukatori su bili psiholog Siniša Brlas (koji je i voditelj projekta), epidemiolog Miroslav Venus i jedan od najpoznatijih domaćih alkohologa i stručnjaka u području liječenja alkoholizma, psihijatar i sveučilišni profesor Zoran Zoričić.

Ova je edukacija samo dio obuhvatnih aktivnosti u ovome projektu u okviru kojega je već objavljena publikacija „Kako ne utopiti život i obitelj u alkoholu“, što sve čini jedinstvenu cjelinu u nastojanju da se što je više moguće suzbiju problemi povezani s pijenjem alkohola.



6. Sudjelovanje na okruglom stolu pod nazivom „Ravnopravnost u društvu i obitelji“

U Gradskoj knjižnici i čitaonici Virovitica u utorak 25. travnja 2023. godine održan je okrugli stol pod nazivom „Ravnopravnost u društvu i obitelji – važnost postignuća i izazovi“. Okrugli stol organizirala je Udruga SOS Virovitica u sklopu projekta „Tata i ja = prijatelja dva“.

Ravnopravnost u obitelji često je narušena i obiteljskim nasiljem, a u Zavodu za javno zdravstvo s problematikom nasilja u obitelji stručnjaci se najviše susreću prilikom provedbe sudskih mjera liječenja od ovisnosti o alkoholu. Ovu mjeru sudovi obično izriču osobama koje su pod utjecajem alkohola počinile nasilje u obitelji, a najčešće su to muškarci koji na ovaj način dodatno ugrožavaju svoju ravnopravnu obiteljsku ulogu. Zavod za javno

zdravstvo daje i aktivan doprinos prevenciji i suzbijanju nasilja sudjelovanjem stručnjaka iz Zavoda u Županijskom timu za sprečavanje i borbu protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji u Virovitičko-podravskoj županiji. Stoga je na ovom okruglom stolu sudjelovao i profesor Siniša Brlas koji je u ime Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije član Županijskog tima.



7. Sudjelovanje na završnoj konferenciji projekta

U utorak 23. svibnja 2023. godine u Suhopolju je održana završna konferencija projekta pod nazivom „Centar za podršku, savjetovanje i osnaživanje“ koji provodi Virovitičko-podravska županija u suradnji s Udrugom S.O.S Virovitica. Na ovoj je konferenciji sudjelovao i profesor psihologije Siniša Brlas koji je u ime Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije član Županijskog tima za sprečavanje i borbu protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji u Virovitičko-podravskoj županiji te aktivno sudjeluje u aktivnostima usmjerenima prevenciji i suzbijanju nasilja, a sudjelovao je i u nizu edukacija i aktivnosti u okviru navedenog projekta. 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 te su specifična znanja stečena u okviru ovoga projekta dodana vrijednost cjelovitom pristupu prevenciji i suzbijanju nasilja u obitelji i doprinos su radu stručnjaka u Zavodu za javno zdravstvo.



8. Sudjelovanje na kongresu psihologa Srbije

Koncem svibnja 2023. godine u Paliću u Srbiji održan je Kongres psihologa Srbije kojemu je nazočio i profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije.

Ovaj je Kongres pod nazivom „Novi horizonti (sajber) psihologije“ bio usmjeren promišljanjima u kojim se sve područjima psihologija kao struka može razvijati u ovim izazovnim vremenima novih tehnologija i novih mogućnosti. Dio tema dotaknuo se i mentalnog zdravlja adolescenata, područjem kojim se neposredno bave i psiholozi u hrvatskom javnozdravstvenom sustavu.

9. Sudjelovanje na javnoj tribini u Đurđevcu

U četvrtak 06. srpnja 2023. godine u Đurđevcu je održana javna tribina pod nazivom „Ovisite o sebi, ne o psihoaktivnim tvarima“ (predavač je bio psihijatar Zoran Zoričić) na kojoj je sudjelovao i Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije. Osim njega, iz Zavoda su sudjelovale i liječnice Sanea Mihaljević i Slavica Letica Ramljak.



10. Sudjelovanje u edukaciji koordinатора istraživanja o ovisnostima u općoj populaciji

Do konca 2023. godine u našoj će zemlji biti provedeno istraživanje o raširenosti i obrascima zloupotrebe sredstava ovisnosti u općoj populaciji. Prethodno je takvo istraživanje provedeno tijekom 2019. godine. Istraživanje koje u našoj zemlji po drugi puta zajednički provode Hrvatski zavod za javno zdravstvo u suradnji s Institutom za društvena istraživanja „Ivo Pilar“ iz Zagreba bit će provedeno i u Virovitičko-podravskoj županiji, a dijelom je šireg europskog istraživanja koje je osmislio Europski centar za praćenje droga i ovisnosti o drogama (EMCDDA). Nositelj provedbe u našoj županiji je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije, a koordinator istraživanja je profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje.

U prvom koraku, prije same provedbe istraživanja, u Zagrebu je 14. srpnja 2023. godine organizirana edukacija za županijske koordinatore koji će potom educirati anketare koji će do konca godine obilaziti kućanstva i provoditi terensko anketiranje. U edukaciji je sudjelovao profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje.

11. Predavanje o mentalnom zdravlju na Psihošpenciru u Čakovcu povodom Svjetskog dana mentalnog zdravlja

Profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije, održao je 06. listopada 2023. godine predavanje o mentalnom zdravlju u okviru Psihošpencira, jednog od najprestižnijih stručnih skupova psihologa i ostalih suradničkih struka u našoj zemlji.

Profesor Brlas govorio je o važnim pretpostavkama skrbi o mentalnom zdravlju, poput zadovoljavanja potreba, ponašanju, postavljanju ostvarivih ciljeva u životu, motivaciji, stresu i frustraciji. Temelj ovoga predavanja je posljednja knjiga profesora Brlasa „Malim koracima do cilja“ koja u podnaslovu pojašnjava kako je riječ o vodiču za bolje samorazumijevanje i smjernicama kako ostati normalan i sačuvati mentalno zdravlje. Radi se ustvari o obliku psihoedukacije kojom je Siniša Brlas stručne i znanstvene spoznaje psihologije ponudio u formi self-help vodiča namijenjenog širokoj populaciji.

Profesor Brlas proaktivnom skrbi o mentalnom zdravlju bavi se dugo i kontinuirano tijekom svoje profesionalne karijere, a osobito intenzivno od 2010. godine kada je aktivno sudjelovao u izradi Nacionalne strategije zaštite mentalnog zdravlja te je bio među nekolicinom psihologa koji su u Republici Hrvatskoj pokrenuli jedinstveni projekt pod nazivom „Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja“.

Aktivnosti, preventivni programi i postignuća stručnjaka za ovisnosti i mentalno zdravlje iz Virovitičko-podravske županije često se prikazuju kao primjeri dobre prakse diljem naše zemlje, pa i šire u regiji, što je pokazatelj kako se u našoj županiji provode kvalitetne preventivne aktivnosti usmjerene zaštiti zdravlja.



12. Nazočnost međunarodnom skupu psihologa u Novom Sadu

Od 26. do 28. listopada 2023. godine na Filozofskom fakultetu u Novom Sadu u Srbiji održana je međunarodna konferencija pod nazivom „Savremeni trendovi u psihologiji“. Skupu je nazočio i profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije.

Ovaj je skup potaknuo stručnu raspravu o izazovima pred kojima se nalazi psihologija kao struka u suvremenom društvu i aktualnom vremenu. Po tome je skup jedinstven i važan za razvoj psihologije i prilagodbu rada psihologa trendovima u suvremenim okolnostima. Dio tema dotaknuo se i mentalnog zdravlja u doba pandemije korona virusa, nasilja u internetskom prostoru, oporavku kod narušenog funkcioniranja u izazovnim vremenima, dakle i onim područjima kojim se neposredno bave i psiholozi u hrvatskom javnozdravstvenom sustavu.



13. Višestruko aktivno sudjelovanje na jubilarnoj konferenciji psihologa u Zagrebu

Profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije aktivno je sudjelovao na 30. godišnjoj konferenciji hrvatskih psihologa koja je od 8. do 11. studenoga 2023. godine održana u Zagrebu.

Konferencije psihologa među najvažnijim su stručnim skupovima psihologa i ostalih suradničkih struka u našoj zemlji te okupljaju vrlo veliki broj sudionika, kako psihologa, tako i suradničkih struka.

Ove je godine održana 30. godišnja konferencija hrvatskih psihologa, a ujedno se njome obilježio i veliki jubilej povodom 70 godina djelovanja Hrvatskog psihološkog društva. Održana je pod visokim pokroviteljstvom predsjednika Republike Hrvatske Zorana Milanovića koji je osobno otvorio konferenciju. Dva velika jubileja okupila su i najistaknutije hrvatske psihologe u Programski odbor konferencije, a veliku čast i privilegiju biti među njima dobio je i profesor Siniša Brlas, tako da je ovo ujedno i Zavodu veliko priznanje za stručni i predani rad psihologa.

Osim toga, profesor Brlas imao je i trostruko aktivno sudjelovanje na ovoj konferenciji: osmislio je, organizirao i vodio simpozij „Interdisciplinarni i međusektorski kontekst borbe protiv ovisnosti“ koji je okupio više stručnjaka iz različitih resora, predstavio je i svoju posljednju knjigu u području proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju „Malim koracima do cilja“ te je moderirao jednu TED Talks aktivnost.

Navedeni simpozij o ovisnostima obuhvatio je sljedeće teme i izvoditelje:

1. Mjesto i uloga psihologije u borbi protiv ovisnosti (Siniša Brlas)
2. Obrasci uporabe sredstava ovisnosti u općoj populaciji Republike Hrvatske (Renata Glavak Tkalić, Josip Razum, Ines Sučić, Anja Wertag)
3. Problematično i zdravo intenzivno igranje videoigara: podaci iz kvalitativnog istraživanja na adolescentima (Josip Razum)
4. Ovisnost o kockanju – razvoj i implementacija psihosocijalnih intervencija (Dora Dodig Hundrić)
5. Uloga terapijskih zajednica u tretmanu ovisnosti (Tomislav Mišetić)
6. Zamor suosjećanja i sagorijevanje kod stručnjaka u području tretmana ovisnosti tijekom pandemije COVID-19 (Bruno Škovrlj, Renata Glavak Tkalić)

Profesor Brlas jedan je od najistaknutijih hrvatskih psihologa, iznimno je društveno angažiran u aktivnostima od javnog značaja, a osobito je zaslužan za razvoj psihologije ovisnosti kojom se bavi više od 20 godina. Za svoj je stručni rad dobio niz važnih priznanja i nagrada, uključujući i „Zlatni grb Hrvatskog psihološkog društva“, najprestižniju i vrlo rijetku nagradu u psihologiji za osobito vrijedan doprinos struci.



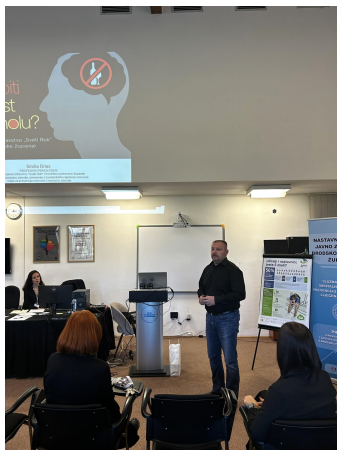
14. Preventivni program „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ predstavljen na simpoziju o ovisnostima u Slavonskom Brodu

Profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije, predstavio je 16. studenoga 2023. godine stručnoj javnosti preventivni program „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ na 11. brodskom simpoziju o alkoholizmu, kockanju i modernim ovisnostima koji je održan u Slavonskom Brodu. Ovo je jedan od najznačajnijih stručnih skupova o ovisnostima koji se održava u našoj zemlji, a često ima i međunarodna obilježja budući da na njemu povremeno gostuju i stručnjaci iz okolnih zemalja.

Preventivni program „Kako ne utopiti mladost u alkoholu“ provodi se već treću godinu u Virovitičko-podravskoj županiji i na samom je završetku provedbe, nositelj programa je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije, a profesor Brlas je voditelj programa. Globalni cilj programa je osnažiti samozaštitne kapacitete mladih u Virovitičko-podravskoj županiji u prevenciji ovisnosti i afirmaciji zdravlja, dok su specifični ciljevi usmjereni educiranju mladih o štetnom djelovanju alkohola na zdravlje i ponašanje (osobito u prometu) i povezanosti pijenja alkohola i razvoja ovisnosti, osnaživanju međusektorske suradnje u prevenciji i suzbijanju ovisnosti te motiviranju mladih za volontiranje u zajednici i afirmiranje zdravih životnih stilova u slobodnom vremenu. Naglasak je, dakle, na prevenciji i suzbijanju pijenja alkohola mladih, jednog od rizika koji mlade uvode u svijet štetne zloupotrebe sredstava ovisnosti.

Predstavljanje ovog preventivnog programa ostalim stručnjacima u našoj zemlji dio je transfera znanja i iskustava nastalih u našoj županiji koji može i ostalima poslužiti kao primjer dobre prakse u području prevencije rizičnih ponašanja mladih. Aktivnosti, preventivni programi i postignuća stručnjaka za ovisnosti i mentalno zdravlje iz naše županije često se prikazuju kao primjeri dobre prakse diljem naše zemlje, pa i šire u regiji, što je pokazatelj kako Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije provodi kvalitetne preventivne i ine aktivnosti usmjerene zaštiti zdravlja.

Ova je aktivnost ujedno i prigodni doprinos obilježavanju Mjeseca borbe protiv ovisnosti koji se svake godine obilježava između 15. studenoga i 15. prosinca.



15. Sudjelovanje na stručnom skupu o prevenciji

U petak 1. prosinca 2023. godine u Zagrebu je održan stručni skup o prevenciji ovisnosti. Skup je organizirao Hrvatski zavod za javno zdravstvo, a obuhvatio je široku lepezu tema od ključnih elemenata programa prevencije utemeljenih na dokazima, preko programa prevencije ovisnosti koji se financiraju putem nacionalnih javnih natječaja, pa do primjera dobre prakse u provedbi preventivnih aktivnosti.

Prevencija je složeni sklop mjera i postupaka, s jedne strane usmjerenih dokidanju veza između rizičnih činitelja i nepoželjnih ovisničkih ponašanja, a s druge strane usmjerenih osnaživanju veza između zaštitnih činitelja i (samo)zaštitnih ponašanja.

Na ovome je skupu sudjelovao i profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije koji je proteklih godina bio i voditelj većine projekata i programa prevencije ovisnosti u Virovitičko-podravskoj županiji.

16. Rezultati praćenja ovisničkih ponašanja virovitičkih gimnazijalaca predstavljeni na međunarodnom znanstveno-stručnom skupu

Od 07. do 09. prosinca 2023. godine u Zagrebu je održan međunarodni znanstveno-stručni skup „Promjenjive životne okolnosti – prilika za rast pojedinca i zajednice“ skup je četvrti puta po redu organizirao Odjel za psihologiju Hrvatskog katoličkog sveučilišta. Glavna tema skupa proizašla je iz prepoznavanja velikih globalnih te lokalnih promjena, a među njima su i promjene u ovisničkim ponašanjima mladih u duljem vremenskom razdoblju.

Na ovome je skupu stoga aktivno sudjelovao i profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije kojom je prilikom u suradnji s kolegicom Sanjom Lješćak predstavio rezultate istraživanja o ovisničkim ponašanjima virovitičkih gimnazijalaca provedenog u tri vala tijekom posljednjih 40 godina. Ovim su istraživanjem obuhvaćeni učenici od 1. do 3. razreda gimnazijskih usmjerenja u Virovitici: 1291 ispitanik 1983. godine, 182 ispitanika 1988. godine i 221 ispitanik 2023. godine. Rezultati analize pokazali su kako u pijenju alkohola između 33% učenika 1983. i njih 27% 1988. godine nema statistički značajne razlike, dok 2023. učenici statistički značajno više piju (66%) u odnosu na prethodna istraživanja. Drogu je i 1983. i 1988. godine zloupotrijebilo 4% učenika, a 2023. godine njih 9% i to je povećanje statistički značajno. U 1983. godini pušilo je 29% učenika, 1988. godine njih 18% (što je statistički značajno manje), te 2023. godine njih 14% što nije statistički značajno smanjenje u odnosu na 1988. godinu. Također je uočen novi trend štetne zloupotrebe, a to je „pušenje“ (ustvari inhaliranje) e-cigareta koje 2023. godine upotrebljavalo 15% učenika, njih više nego što ih puši klasične cigarete. Podaci su iznimno važni jer doprinose boljem razumijevanju ponašanja mladih u duljem vremenskom razdoblju te se mogu koristiti za osmišljavanje i implementaciju učinkovitih preventivnih intervencija usmjerenih djeci i mladima.

Ovaj je skup bio prilika da stručnjaci podijele znanstvena i stručna znanja o tome kako psihologija kao struka i psiholozi kao stručnjaci mogu na učinkovit način pomoći pojedincima i zajednici nositi se s promjenama koje su zahvatile različita područja života. Doprinos profesora Brlasa na ovome skupu je predstavljen u području istraživanja ovisničkih ponašanja mladih u okviru psihologije ovisnosti kojom se on kao psiholog bavi proteklih četvrt stoljeća, iako se problematikom ovisnosti počeo baviti prije više od 35 godina te je u ovome području jedan od najiskusnijih stručnjaka u našoj zemlji.



6. Medijska promocija i praćenje rada Odjela

1. Medijska promocija na internetskim portalima

Brojni internetski portali i radijske postaje u Virovitičko-podravskoj i ostalim županijama objavljivali su tijekom godine vijesti o aktivnostima Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje Službe za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije.

2. Sudjelovanje u radijskoj emisiji „Kulturni mozaik“ Informativnog centra Virovitica

Profesor psihologije Siniša Brlas u ponedjeljak 09. siječnja 2023. godine sudjelovao je u radijskoj emisiji „Kulturni mozaik“ Informativnog centra Virovitica. Povod za ovu emisiju novo je, 14. po redu izmijenjeno i dopunjeno izdanje vodiča za pomoć u osmišljavanju slobodnog vremena djece i mladih „Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji“. Profesor Brlas govorio je o važnosti organizacije slobodnog vremena, osobito djece i mladih, u kontekstu prevencije rizičnih ponašanja (pijenja alkohola, pušenja, zlouporabe droge, vršnjačkog nasilja, kockanja i ostalih). Projekt „Iskoristi dan“ Zavod za javno zdravstvo razvija od 2007. godine, a ishodište mu je istraživanje rizičnih činitelja koje je tijekom deset školskih godina provedeno u osnovnim i srednjim školama Virovitičko-podravske županije. Prvotno pod nazivom „Iskoristi dan“ projekt je 2009. godine prerastao u „Iskoristi dan u Virovitičko-podravskoj županiji“ i od tada se pod ovim nazivom kontinuirano provodi u našoj županiji, često kao sastavnica ostalih projekata i programa koje provodi Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije.



3. Sudjelovanje u radijskoj emisiji „Živjeti zdravo“ Pitomog radija iz Pitomače

Profesor psihologije Siniša Brlas u srijedu 25. siječnja 2023. godine sudjelovao je u snimanju radijske emisije Pitomog radija iz Pitomače. Tema emisije iz serijala „Živjeti zdravo“ bila je vezana uz aktivnosti koje je Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije provodio u području prevencije i suzbijanja ovisnosti te zaštite mentalnog zdravlja u 2022. godini. Profesor Brlas slušatelje je upoznao sa statističkim podacima o stanju ovisnosti u Virovitičko-podravskoj županiji u 2022. godini, s preventivnim programima i projektima koji se provode u Virovitičko-podravskoj županiji, a osobito je govorio o radu s mladima te o suradnji u provedbi prevencije i tretmana.



4. Sudjelovanje u radijskoj emisiji „Govorimo o zdravlju“ Radija Slatina

Profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje gostovao je u četvrtak 11. svibnja 2023. godine u radijskoj emisiji Radija Slatina. Tema emisije iz serijala „Govorimo o zdravlju“ bila je posvećena očuvanju mentalnog zdravlja odnosno proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju.

Profesor Brlas govorio je o našim primarnim i stečenim potrebama, postavljanju ostvarivih ciljeva u životu, preprekama na putu zadovoljenja potreba te frustraciji i stresu kao rizicima za mentalno zdravlje koji to prate. Naglašena je važnost psihoedukacije građana o psihičkim procesima i ponašanju kako bi i sami znali prepoznavati odstupanja od uobičajenog i normalnog doživljavanja i ponašanja, ali i (pro)aktivne uloge koju svatko od nas mora imati kada je u pitanju skrb o vlastitom zdravlju.



5. Sudjelovanje u radijskoj emisiji „Živjeti zdravo“ Pitomog Radija

Profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje gostovao je u srijedu 17. svibnja 2023. godine u radijskoj emisiji „Živjeti zdravo“ Pitomog Radija iz Pitomače (emitiranje 4. lipnja u 11 sati). Tema emisije bila je posvećena očuvanju mentalnog zdravlja odnosno proaktivnoj skrbi o mentalnom zdravlju.

Profesor Brlas govorio je o važnosti očuvanja mentalnog zdravlja u razdobljima povremenih i trajnih kriza (permakriza), o izazovima vezanima uz ostvarivanje ciljeva u životu, zatim o našim potrebama, postavljanju ostvarivih ciljeva u životu, preprekama na putu zadovoljenja potreba te frustraciji i stresu kao rizicima za mentalno zdravlje. U emisiji je naglašena i važnost psihoedukacije građana kako bi oni i sami znali prepoznavati odstupanja od uobičajenog i normalnog doživljavanja i ponašanja. Na kraju je zaključeno kako je jako važno da svatko za sebe mora imati proaktivnu ulogu kada je u pitanju skrb o vlastitom zdravlju, i tjelesnom i mentalnom.



6. Gostovanje u emisiji Katoličke klasične gimnazije u Virovitici

Uoči Svjetskog dana nepušenja koji se obilježava 31. svibnja 2023. godine profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje u Zavodu za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije gostovao je u *podcastu* #LUXAJME medijske skupine Katoličke klasične gimnazije s pravom javnosti u Virovitici koji se emitira na Youtube kanalu škole (<https://www.youtube.com/@luxtv7205/about>).

Profesor Brlas je odgovarao na pitanja o štetnosti pušenja i prednostima nepušenja, višestrukim rizicima pušenja mladih, aktivnom i pasivnom pušenju, rezultatima provedenih istraživanja, zatim o preventivnim aktivnostima i promociji zdravlja. Osobito je naglašena štetnost pušenja mladih za njihovo zdravlje i obrazovno postignuće, ali i povećana opasnost kod pušača duhanskih i inih proizvoda od zloupotrebe i ostalih sredstava ovisnosti, osobito onih koja se također zloupotrebljavaju pušenjem (marihuane, sintetskih kanabinoida i sličnih). Najavljene su i javnozdravstvene aktivnosti povodom obilježavanja Svjetskog dana nepušenja.

Koristeći suvremene kanale komunikacije s mladima stručnjaci Zavoda za javno zdravstvo nastoje postići što učinkovitiju promociju zdravlja mladih, u širem kontekstu prevencije ovisnosti i proaktivne skrbi o mentalnom zdravlju.



7. Sudjelovanje u emisiji radijske postaje Radio Marija

Profesor psihologije Siniša Brlas, voditelj Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje gostovao je u srijedu 29. studenoga 2023. godine u radijskoj emisiji na radijskoj postaji Radio Marija. Tema emisije bila je posvećena obilježavanju Mjeseca borbe protiv ovisnosti pa je i razgovor bio vezan uz ovisničku problematiku, ali i uz izazove vezane uz očuvanje mentalnog zdravlja, osobito mladih.

Profesor Brlas govorio je o ovisničkom ponašanju, prevenciji i tretmanu, novim oblicima ovisnosti, ali i o važnosti očuvanja mentalnog zdravlja u razdobljima povremenih i trajnih kriza (permakriza). U emisiji je naglašena i važnost prevencije kao složenog sklopa mjera kojima je cilj dokinuti veze između rizičnih činitelja i usvajanja ovisničkog ponašanja, ali istovremeno i osnažiti veze između zaštitnih činitelja i usvajanja samozaštitnih ponašanja.



Osim navedenih aktivnosti voditelj Odjela dao je veći broj radijskih izjava, a preventivne i ostale aktivnosti popratili su i razni internetski portali.

7. Zaključno i ukratko o radu Odjela za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje

Nakon što je odlukom Upravnog vijeća Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije Djelatnost za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja preimenovana u Službu za mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti, s Odjelom za prevenciju ovisnosti i mentalno zdravlje kao unutarnjom ustrojstvenom jedinicom Službe, Odjel je tijekom 2023. godine nastavio provoditi sve one aktivnosti koje su bile i područjima rada Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja do konca 2022. godine. Voditeljem Odjela imenovan je profesor psihologije Siniša Brlas.

Aktivnosti u Odjelu osmislio je, koordinirao i provodio uglavnom psiholog, uz povremenu suradnju s ostalim članovima stručnoga tima i suradnicima iz drugih dionika, i to na svim razinama preventivnog djelovanja, uključujući i neposredni rad s klijentima o čemu su podaci na početku ovoga Godišnjaka. Ističe se mnoštvo aktivnosti u zajednici (predavanja, tribina, radionica, istraživanja), rad na izradi novih publikacija namijenjenih različitim populacijskim skupinama, usporedni rad na više preventivnih projekata i programa kojih je voditelj bio voditelj Odjela te mentorstvo voditelja Odjela studentici psihologije u suradnji s Filozofskim fakultetom u Osijeku na kojemu je voditelj Odjela bio i gost predavač studentima psihologije.

Rezultati rada prezentirani su na domaćim i međunarodnim skupovima, internetskim portalima te u mnogim radijskim i televizijskim emisijama u kojima je tijekom 2023. godine sudjelovao voditelj Odjela.