



## Program osnaživanja aktivista i aktivistkinja koji staju u zaštitu ljudskih prava

### WEBINAR: MENTALNO ZDRAVLJE AKTIVISTA I AKTIVISTKINJA



28. februar 2023. godine



12.00 – 16.00 časova



Zoom platforma

12.00 – 13.30	<b>Mentalno zdravlje aktivista i aktivistkinja u Srbiji – nalazi i zaključci istraživanja „Da li čuješ? Da li osećaš? – Aktivistička borba i mentalno zdravlje”</b> <ul style="list-style-type: none"><li>trenutni politički i društveni kontekst aktivizma u Srbiji</li><li>psihološke poteškoće sa kojima se najčešće suočavaju aktivisti u Srbiji</li><li>rizici po mentalno zdravlje i sekundarne traumatizacije aktivista</li><li>preporuke za poboljšanje mentalnog zdravlja aktivista</li></ul>
13.30 – 13.45	<b>Pauza</b>
13.45 – 15.30	<b>Prepoznavanje i prevazilaženje stresa na poslu (<i>burnout sindrom</i>)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>važnost brige o sebi i drugima oko nas</li><li>strategije za suočavanje sa stresom na poslu</li></ul>
15.30 – 16.00	<b>Pitanja i odgovori</b>

Predavači: *Draga Šapić, master psihološkinja, PIN – Psychosocial Innovation Network*  
*Jana Dimoski, master psihološkinja, PIN – Psychosocial Innovation Network*

