

Národné
osvetové
centrum

16. 10. 2026
8:00 — 15:30
Dunajská Streda



Program

Žitnoostrovské
osvetové
stredisko
v Dunajskej Strede



workshop

Participácia na *primárnej prevencii* látkových a nelátkových závislostí

Podujatie k Svetovému dňu duševného zdravia

Kapacita: 25 osôb

Miesto: ul. Biskupa Kondého 10, Dunajská Streda

Poplatok: 15 €

Lektorky: Mgr. Lucia Grešková, PhD.,
doc. PhDr. Mgr. Ingrid Hupková, PhD.

nocka.sk/registracia

7:30 — 8:00

Registrácia účastníkov a privítanie

8:00 — 8:45

Zoznámenie

Zoznámenie v skupine (lektorky, účastníci).
Nastavenie spolupracujúcej atmosféry (pravidlá).
Formulácia očakávaní účastníkov k téme.

8:45 — 10:15

Látkové závislosti

Trendy v oblasti užívania drog, vzájomná prepojenosť
látkových závislostí s inými formami rizikového
správania vrátane závislých vzťahov.

10:15 — 10:30

Prestávka

10:30 — 12:45

Nelátkové závislosti

Vzájomná prepojenosť látkových a nelátkových
závislostí, iné formy rizikového správania.

12:45 — 13:00

Prestávka

13:00 — 13:45

Primárna prevencia, možnosti a limity riešenia

14:00 — 14:45

Starostlivosť o svoje zdroje

Námety na sebastarostlivosť (self-care)
a psychohygienu, zodpovedanie očakávaní.

14:45 — 15:30

Záver podujatia

Spätná väzba účastníkov, zhodnotenie.