

## پیام های کلیدی هفته سلامت روان:

- 1. جمعه 18 مهر \_ نقش زیر ساخت های سلامت روان در شرایط کرونا و پسا کرونا**
  - خدمات سلامت روان به صورت رایگان در مراکز خدمات جامع سلامت توسط کارشناسان سلامت روان ارائه می شود.
  - با مراجعه به نزدیکترین مراکز خدمات جامع سلامت محل زندگی خودتان، از خدمات سلامت روان رایگان بهره مند شوید
  - اکنون که در شرایط همه گیری بیماری کرونا به سر می بریم، نیاز بیشتری به کمک های روانشناسی داریم
  - پزشکان و کارشناسان سلامت روان مستقر در مراکز خدمات جامع سلامت آماده ارائه خدمت به شما هستند.
  - شما می توانید با شماره تلفن 4030 تماس برقرار نمایید و به صورت مستقیم از روانشناسان کمک های روانشناسی دریافت کنید.
- 2. شنبه 19 مهر \_ متخصصین متعهد، مدافعین سلامت**
  - متخصصین سلامت روان در ایام بیماری کرونا نقش مؤثری در کاهش استرس و اضطراب مردم داشته اند
  - روانپزشکان، روانشناسان و مددکاران اجتماعی، می توانند برای پیشگیری از آسیب های روانی به شما کمک کنند
  - از مراجعه به متخصصین سلامت روان، واهمه نداشته باشیم، زیرا همه ما نیاز به دریافت خدمات سلامت روان داریم
- 3. یکشنبه 20 مهر \_ سیاستگذاران آگاه، سرمایه گذاری بیشتر در حوزه سلامت روان**
  - سرمایه گذاری در حوزه سلامت مساوی با کاهش آسیب های اجتماعی است
  - دولت مسئول تأمین سلامت جسم و روان همه مردم است
  - تأمین سلامت روان مردم برابر است با جامعه ای توانمند و با نشاط
- 4. دوشنبه 21 مهر \_ نقش نظام مراقبت های بهداشت اولیه در دسترسی به خدمات سلامت روان**
  - خدمات سلامت روان به صورت رایگان در مراکز خدمات جامع سلامت توسط کارشناسان سلامت روان ارائه می شود.
  - با مراجعه به نزدیکترین مراکز خدمات جامع سلامت محل زندگی خودتان، از خدمات سلامت روان رایگان بهره مند شوید
  - اکنون که در شرایط همه گیری بیماری کرونا به سر می بریم، نیاز بیشتری به کمک های روانشناسی داریم
  - برای دریافت کمک های روانشناسی به مراکز خدمات جامع سلامت مراجعه کنید
  - پزشکان و کارشناسان سلامت روان مستقر در مراکز خدمات جامع سلامت آماده ارائه خدمت به شما هستند.
  - شما می توانید با شماره تلفن 4030 تماس برقرار نمایید و به صورت مستقیم از روانشناسان کمک های روانشناسی دریافت کنید.
- 5. سه شنبه 22 مهر \_ مشارکت سازمان های مردم نهاد، در ارتقاء سلامت روان جامعه**
  - سازمان های مردم نهاد، نقش مهمی در آموزش سلامت روان جامعه دارند
  - مشارکت سازمان های مردم نهاد با دولت، در ارتقای سلامت روان جامعه مؤثر است
  - سازمان های مردم نهاد نقش مؤثری در شناسایی نیازهای سلامت روان مردم دارند
  - سازمان های مردم نهاد بازوی کمکی دولت ها در مدیریت آسیب های اجتماعی هستند
- 6. چهارشنبه 23 مهر \_ نقش رسانه در تبیین وضعیت سلامت روان و انگ زدایی**
  - رسانه ها می توانند با پخش اطلاعات و اخبار مثبت، نقش مهمی در کاهش استرس مردم و ارتقای سلامت روان داشته باشند
  - یکی از ابعاد مهم سلامت، سلامت روان است، که نقش رسانه ها در بهبود و ارتقاء سطح سلامت روان جامعه، کاهش بار بیماری های روانی و کاهش انگ بسیار تعیین کننده می باشد
  - اصحاب رسانه و روزنامه نگاران باید در ایجاد تصویرهای درست رسانه ای از افراد مبتلا به اختلالات روانی قدم بردارند و درصد تصحیح کلیشه های تصویری نادرست از تمامی افراد مبتلا به بیماری های روانی باشند
  - انگ عامل اصلی خیلی از عدم مراجعه های بیماران روانی به روانپزشک یا روانشناس است. نقش رسانه های اجتماعی در کاهش انگ و ارتقا سواد سلامت روان مردم مهم است.
- 7. پنجشنبه 24 مهر \_ بیمه ی مؤثر، دسترسی بیشتر به خدمات سلامت روان**
  - بیماری های روانپزشکی مانند بیمار های جسمی باید از پوشش کامل بیمه های درمانی بهره مند شوند
  - بیمه های تکمیلی لازم است خدمات سلامت روان را هم پوشش دهند
  - نقش بیمه ها در میزان دسترسی مردم به خدمات بهداشتی درمانی منجر به کاهش بار مالی حاصل از بیماری برای خانواده و همچنین کاهش اضطراب ناشی از آن گردد.