

Dragi učenici i roditelji,

U okviru projekta pod nazivom “Podrška jačanju mentalnog zdravlja djece tijekom i nakon COVID -19 zdravstvene krize i potresa u Gradu Zagrebu” dostupna je online platforma Povjerenstva za zaštitu mentalnog zdravlja djece i mladih Grada Zagreba [“Podrška na dlanu”](#) . Cilj projekta platforme [“Podrška na dlanu”](#) je osnaživanje i jačanje psihološke otpornosti djece i mladih kroz izravnu podršku i podršku njihovim roditeljima, odgajateljima, nastavnicima, stručnim suradnicima i stručnjacima mentalnog zdravlja. Dijeljeni sadržaji uključuju ideje za osmišljavanje slobodnog vremena djece i mladih te savjete za jačanje pozitivnih strategija suočavanja sa stresom, a uključuju pisane, slikovne i video sadržaje namijenjene jačanju otpornosti i njegovanju mentalnog zdravlja djece i mladih. Svi sadržaji na toj platformi su besplatni, a njihovi su autori stručnjaci iz zdravstvenih ustanova Grada Zagreba.