

Poštovani/e,

u trenucima kada se suočavamo s brojnim izazovima uzrokovanim aktualnom situacijom i djeca i odrasli mogu pokazivati različite emocionalne i ponašajne reakcije. Jedan dio ovih promjena u mentalnom funkcioniranju je normalna reakcija na stres u uvjetima realne opasnosti. Međutim, u neke djece i mladih aktualna situacija dvostruke „prijetnje“ može potaknuti značajnije promjene u funkcioniranju i emocionalnom reagiranju.

Stoga vam dostavljamo informaciju o interaktivnoj mobilnoj aplikaciji „Stella“ namijenjenoj mladima u dobi od 11 do 18 godina i njihovim roditeljima/skrbnicima. Aplikacija je usmjerena na promociju i prevenciju mentalnog zdravlja mladih.

Aplikacija Stella sadrži edukativne materijale o mentalnom zdravlju mladih te tehnike za samopomoć za probleme mentalnog zdravlja, prvenstveno tjeskobu (anksioznost) i depresivnost.

Aplikacija Stella dostupna je besplatno na linku: https://projekt-stella.com.hr/

Aplikacija Stella dobila je pozitivno mišljenje Hrvatske udruge za dojenačku, dječju i adolescentnu psihijatriju te Katedre za Kliničku psihologiju FFZG.

Ministarstvo zdravstva na temelju mišljenja HZJZ i Ministarstvo obrazovanja je dalo suglasnost za aplikaciju.