

**Téma: Duševní zdraví a psychohygienu během pandemie**

Způsob zpracování: audio dokument

Námět: Izolace, samota, opuštění – to jsou jen jedny z mála pocitů, které téměř každý z nás za poslední rok opakovaně zažil a zažívá. Jaký to má vliv na naši psychiku? Nepodceňujeme obecně ve společnosti péči o psychické zdraví? Existuje v této době někdo, na jehož psychiku nemá současná situace vliv? Audio dokument se bude snažit najít odpovědi na tyto otázky prostřednictvím individuálních příběhů lidí, jež jsou opakovaně vystavováni novým situacím – ať už se bude jednat o studenty, psychology, zdravotníky či pedagogy (tedy odborníci z oblasti psychologie i běžní lidé). Autorka v dokumentu mimo jiné přiblíží i svůj způsob vyrovnávání se se současnou situací.

Cílem dokumentu bude zejména zvýšit povědomí o nutnosti péče o duševní zdraví, které je stejně tak důležité, jako péče o zdraví fyzické.