



DNEVNI CENTER za ljudi s težavami v duševnem zdravju
NOVA GORICA



FAKULTETA ZA UPORABNE DRUŽBENE ŠTUDIJE

vas ob svetovnem dnevu duševnega zdravja vabi na

MOJE ŽIVLJENJE JE VEČ KOT DIAGNOZA



v sredo, 14.10.2026 ob 10h

DC ŠENT NOVA GORICA, Bidovčeva 4 (Skupnostni center)

Na srečanju bomo skupaj z dr. Andrejem Omulcem in psihologom Emilom Karaičem iz Fakultete za uporabne družbene študije, govorili o duševnem zdravju, odnosih, sprejemanju ter načinih, kako preprečevati poglobljanje duševnih stisk. Včasih nas neprijetne misli in čustva ujamejo v avtomatske odzive. Na delavnici bomo raziskovali, kako prepoznati trenutek, ko lahko ustavimo avtomatizem in izberemo drugačno pot. S pomočjo praktičnih vaj bomo spoznavali, kako se tudi v stresnih in zahtevnih trenutkih odzvati na način, ki nas približuje življenju, kakršnega si želimo.



Predavatelja:

Asist. pred. dr. Andrej Omulec je zakonski in družinski terapevt, supervizor v psihoterapiji ter predavatelj na Fakulteti za uporabne družbene študije. Ima več kot 15 let izkušenj s terapevtskim delom.

Pred. Emil Karajić je psiholog, psihosocialni svetovalec in učitelj čuječnosti z izkušnjami na področju vzgoje in izobraževanja, kognitivno-vedenjske paradigme duševnega zdravja in anksioznih motenj. Posebej se ukvarja s področjem kvalitete življenja in duševnega blagostanja.

Vabljeni na srečanje, kjer bomo skupaj raziskovali,
kako bolje razumeti sebe, svoje odzive in odnose z drugimi.

PRIJAVE: 030 486 210 ali margerita.humar@sent.si