

Pardubický kraj natočil videa o duševním zdraví s lékařem Markem Dvořákem

10.9.2025 - | Krajský úřad Pardubického kraje

Duševní zdraví se týká každého z nás. Pardubický kraj připravil ve spolupráci se známým lékařem a influencerem MUDr. Markem Dvořákem sérii osmi krátkých propagačních videí, která téma duševního zdraví přibližují. Video budou dostupná na webu www.krajprorodinu.cz/dusevni-zdravi a objeví se i na sociálních sítích, například na Instagramu Pardubického kraje.

O duševním zdraví otevřeně

„Když mě Pardubický kraj oslovil, jestli bych se do projektu zapojil, neváhal jsem. Jsem z tohoto kraje a považuji za důležité mluvit o duševním zdraví otevřeně a bez ostychu. Věřím, že videa mohou oslovit i lidi, kteří by si o pomoc sami nikdy neřekli, a dodat jim odvahu nebýt na své starosti sami,“ řekl lékař Marek Dvořák.

Videa se věnují například tomu, jak rozeznat první příznaky psychického vyčerpání, jak pečovat o svou duševní pohodu, proč má smysl mluvit o svých pocitech a nebát se požádat o pomoc.

Další střípek do mozaiky

Pardubický kraj se problematice duševního zdraví věnuje dlouhodobě. Nová videa jsou dalším střípkem do pestré mozaiky aktivit. „Chceme ukázat, že o psychických obtížích se dá mluvit stejně přirozeně jako o fyzickém zdraví. Systematicky rozvíjíme služby, které lidem v kraji pomáhají, a posilujeme také osvětu a podporu pečujících. Video s Markem Dvořákem jsou jednou z možností, jak téma duševního zdraví přiblížit i mladší generaci,“ uvedl náměstek hejtmána Pardubického kraje pro sociální péči a neziskový sektor Pavel Šotola.

Součást širšího projektu

Propagační videa jsou součástí nového projektu Pardubického kraje zaměřeného na podporu pečujících a rozvoj služeb duševního zdraví. Ten je spolufinancován z prostředků Evropského sociálního fondu v rámci Operačního programu Zaměstnanost plus.

Více informací najdete na webu www.krajprorodinu.cz/dusevni-zdravi.

<https://www.pardubickykraj.cz/aktuality/130124/pardubicky-kraj-natocil-video-o-dusevnim-zdravi-s-lekarem-markem-dvorakem>