

MINISTERUL SĂNĂTĂȚII AL
REPUBLICII MOLDOVA
INSTITUȚIA MEDICO-SANITARĂ
PUBLICĂ
„CENTRUL MEDICILOR DE FAMILIE
MUNICIPAL BĂLȚI”

Str. Decebal nr. 101V, MD-3100, mun. Bălți
Tel. +373 231 75228; Fax.+373 231 72588,
<http://cmf-balti.md/> e-mail: cmfbalti@ms.md



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ МОЛДОВА
ПУБЛИЧНОЕ МЕДИКО-САНИТАРНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ „ЦЕНТР СЕМЕЙНЫХ
ВРАЧЕЙ МУНИЦИПИЯ БЭЛЦЬ”

Ул. Дечебал № 101В, MD-3100, мун. Бэлць
Тел. +373 231 75228; Факс.+373 231 72588,
<http://cmf-balti.md/>, e-mail: cmfbalti@ms.md

ORDIN

nr. 171 din 03.10.25

Cu privire la organizarea și desfășurarea
Zilei Mondiale a sănătății mintale – 10 octombrie 2025

În conformitate cu calendarul evenimentelor Organizației Mondiale a Sănătății pentru anul 2024, precum și în temeiul Dispoziției Ministerului Sănătății al Republicii Moldova nr. 220-d din 01.10.2025 privind organizarea și desfășurarea activităților în cadrul Zilei Mondiale a sănătății mintale – 10 octombrie 2025,

ORDON:

1. A aproba planul de acțiuni privind organizarea și desfășurarea activităților în IMSP „CMF mun. Bălți” Ziua Mondială a sănătății mintale – 10 octombrie 2025.
2. Responsabile: Vacarciuc Margarita – asistentă medicală în educație pentru sănătate:
 - 2.1 Va organiza și desfășura în mun. Bălți Ziua Mondială a sănătății mintale – 10 octombrie 2025;
 - 2.2 Va elabora/adapta suport de comunicare și a materialelor informaționale pentru a crește gradul de conștientizare a populației cu privire la riscurile pentru sănătatea mintală în situații de urgență umanitară (material informativ, flyer, banere pentru social media etc.);
 - 2.3 Va totaliza și informa pe 16 octombrie Centrul de Sănătate Publică Bălți, privind rezultatele desfășurării Ziua Mondială a sănătății mintale – 10 octombrie 2025.
3. Șefele Centrelor de Sănătate (Ludmila Novac, Valentina Ciobanu, Natalia Vatamaniuc, Veronica Corloteanu-Bocancea, Silvia Marco, Larisa Belaia), șefele de secții (Elena Antoci, Valentina Naval, Svetlana Condrea-Ivanov, Tatiana Reșchitor, Viorica Corcimaru), sefă CSPT (Osoianu Lina) și șeful CCSM (Secrieru Alexandru):
 - 3.1 Vor organiza și desfășura în subdiviziuni activități pentru a crește gradul de conștientizare a populației cu privire la riscurile pentru sănătatea mintală în situații de urgență umanitară;

- 3.2 Vor asigura participarea activă a tuturor colaboratorilor și îndeplinirea acțiunilor preconizate, conform planului aprobat;
- 3.3 Vor prezenta informația privind măsurile realizate responsabilului în educație pentru sănătate către 15.10.2025.
4. Asistentele medicale:
- 4.1 Vor organiza și desfășura în teritoriile deservite și instituțiile subordonate activități de alfabetizare a populației pentru a crește gradul de conștientizare a populației cu privire la riscurile pentru sănătatea mintală în situații de urgență umanitară.
5. Echipa CCSM va desfășura o acțiune de informare cu genericul **"Sănătatea mintală în situații de urgență umanitară"** pe 9 octombrie, în spațiu magazinului Kaufland.
6. Echipa CSPT va realiza 2 ateliere pentru profesori "Puzzleul școlii fără bouling": 6 octombrie, limba română în LT "N.Gogol", 7 octombrie, limba rusă în L.T. "D.Cantemir".
7. Controlul prezentului ordin mi-l asum.

Director



Pavel FLOREA

IMSP „Centrul Medicilor de Familie mun. Bălți”
Director Florea Pavel



(semnătura)

PLAN

privind organizarea și desfășurarea Zilei Mondiale a sănătății mintale – 10 octombrie 2025
Responsabil: Cabinetul educație pentru sănătate (CES)

Scopul: informarea și sensibilizarea cetățenilor mun. Bălți pentru a crește gradul de conștientizare a populației cu privire la riscurile pentru sănătatea mintală în situații de urgență umanitară.

Nr. activ.	Activitățile (descrierea scurtă)	Perioada de realizare	Responsabilii	Materiale necesare	Indicatorii de progres
1.	Elaborare materialelor informative, multiplicarea și repartizarea prin Centrele de Sănătate și servicii, plasarea lor în locurile vizibile pentru pacienți. Identificarea spoturilor video la subiect și asigurarea derulării lor în holurile Centrelor de Sănătate și servicii.	06 - 15 octombrie	Vacarciuc Margarita – asistenta medicală CES	Materiale informaționale Spoturi video	Numărul de materiale informaționale repartizate
2.	Mediatizarea evenimentelor promovate și produselor informaționale pe paginile de socializare a Centrului Medicilor de Familie Bălți: Instagram și Facebook	06 - 15 octombrie	Ludmila Dumbrăveanu – purtător de cuvânt CMF Bălți	Comunicat de presă Materiale informaționale Spoturi video	Numărul de publicații
3.	Alfabetizarea populației pentru a crește gradul de conștientizare a populației cu privire la riscurile pentru sănătatea mintală în situații de urgență umanitară în cadrul	06 - 15 octombrie	Șefii CS, CCSM și CSPT Vacarciuc Margarita – asistenta	Materiale informaționale	Numărul de convorbiri individuale Numărul de materiale informaționale

	convorbirilor individuale		medicală CES		repartizate
4.	Prezentare de film "Incluziunea socială a persoanelor cu dizabilități mintale"	10 octombrie, Ora 10.00, holul CCSM	Echipa CCSM	Materiale informaționale	Numărul de participanți Numărul de materiale informaționale repartizate
5.	Acțiune de informare "Sănătatea mintală în situații de urgență umanitară"	09 octombrie, ora 11.00-12.00, holul magazinului Kaufland	Echipa CCSM	Materiale informaționale	Numărul de participanți Numărul de materiale informaționale repartizate
6	Atelier pentru profesori "Puzzle școlii fără bullying", limba ro/ru	6 octombrie, ora 9.30, LT "N.Gogol" 7 octombrie, ora 10.40, L.T. "D.Cantemir"	Osoianu Lina, șefă CSPT	Materiale informaționale	Numărul de participanți Numărul de materiale informaționale repartizate

Material informativ

către desfășurarea Zilei Mondiale a sănătății mintale - 10 octombrie 2025

Ziua Mondială a Sănătății Mintale are loc în fiecare an pe 10 octombrie. Este o reamintire a importanței unei sănătăți mintale bune și a necesității de a acorda prioritate și de a investi în sănătatea mintală. Campania din acest an se concentrează pe nevoia urgentă de a sprijini sănătatea mintală și nevoile psihosociale ale persoanelor afectate de urgențe umanitare.

Tema Zilei Mondiale a Sănătății Mintale 2025 este **„Sănătatea mintală în situații de urgență umanitară”**. Această temă, stabilită de Federația Mondială pentru Sănătate Mintală se concentrează pe nevoia urgentă de a consolida sprijinul pentru sănătate mintală acordat comunităților și persoanelor aflate în situații de criză, cum ar fi dezastrele naturale, conflictele și pandemiile.

Aspectele cheie ale acestei teme includ:

Protejarea sănătății mintale: Tema subliniază importanța protejării bunăstării mintale atât a celor afectați de crize, cât și a persoanelor care oferă îngrijire în aceste situații.

Eliminarea decalajului de acces: Tema solicită eforturi pentru a depăși barierele în calea îngrijirii medicale mintale la timp, care este adesea primul sprijin care se clatină în timpul unei crize.

Extinderea definiției catastrofei: Tema încurajează recunoașterea faptului că „catastrofa” se poate referi și la dificultăți personale, cum ar fi epuizarea profesională, durerea sau schimbările semnificative din viață, făcând sprijinul accesibil în diverse circumstanțe dificile.

Consolidarea rezilienței: Prin integrarea sprijinului pentru sănătate mintală în răspunsul la situații de urgență, comunitățile își pot consolida reziliența colectivă și capacitatea de a se recupera după crize.

Mesaje cheie

Sănătatea mintală în situații de urgență

Conflictele, dezastrele și urgențele sanitare au un impact semnificativ asupra sănătății mintale. Se estimează că aproximativ 1 din 5 persoane din zonele afectate de conflict are o afecțiune mintală. Experimentarea fricii, anxietății sau tristeții în astfel de circumstanțe este o reacție normală la evenimente stresante.

Investițiile în sănătatea mintală înseamnă investiții în recuperare

Investițiile în sănătatea mintală și sprijinul psihosocial ajută familiile, comunitățile și economiile să se redreseze după crize, să construiască reziliență pe termen lung și să modeleze sisteme de sănătate mai puternice.

Protejarea sănătății mintale

Prioritizarea sănătății mintale prin conectare, activitate fizică și respectarea rutinei. Reducerea la minimum a consumului de alcool, implicarea în activități semnificative și plăcute și solicitarea de sprijin de la prieteni, familie sau profesioniști din domeniul sănătății.

Sănătatea mintală este esențială pentru reconstruirea vieților

Pe lângă hrană, apă și medicamente, supraviețuitorii au nevoie și de sprijin psihosocial și de sănătate mintală pentru a face față, a se recupera și a reconstrui.

Îngrijirea sănătății mintale salvează vieți

Pachetul de servicii minime pentru sănătate mintală și asistență psihosocială oferă soluții dovedite în situații de urgență, asigurând îngrijire coordonată și promptă, care reduce suferința, consolidează bunăstarea și construiește răspunsuri mai incluzive.

Promovarea bunăstării mintale prin diverse abordări

O abordare stratificată – de la instrumente de auto-ajutorare și prim ajutor psihologic până la servicii specializate de sănătate mintală – asigură un sprijin accesibil, eficient și receptiv pentru toți.

Integrarea sănătății mintale consolidează răspunsul la situații de urgență

Transformarea sănătății mintale și a sprijinului psihosocial într-o parte esențială a răspunsului la situații de urgență nu numai că salvează vieți, ci și consolidează comunitățile și sistemele de sănătate pentru viitor.

Îngrijirea incluzivă a sănătății mintale duce la comunități mai puternice

Sprijinul incluziv trebuie să ajungă la copii, persoane în vârstă, persoane cu dizabilități, refugiați și persoane cu afecțiuni mintale preexistente, inclusiv la cele din instituții. Abordarea barierelor precum stigmatizarea, discriminarea, costurile și limba este esențială.

Protejarea bunăstării lucrătorilor umanitari

Lucrătorii umanitari se confruntă cu stres extrem și sunt adesea afectați direct de crizele la care răspund. Organizațiile ar trebui să ofere odihnă, supraveghere, sprijin reciproc și programe de sănătate mintală la locul de muncă pentru a susține un răspuns umanitar eficient.

Sănătatea mintală este o parte integrantă a sănătății. Este o stare de bine în care indivizii își realizează propriile abilități, pot face față evenimentelor stresante ale vieții și pot contribui la viața comunității. Sănătatea mintală este o condiție pentru o economie productivă și o societate incluzivă și depășește problemele individuale sau de familie.

Crizele precum dezastrele naturale, conflictele și urgențele de sănătate publică provoacă suferință emoțională, una din cinci persoane suferind de o afecțiune mintală. Sprijinirea bunăstării mintale a indivizilor în timpul unor astfel de crize nu este doar importantă - salvează vieți, le oferă oamenilor puterea de a face față, spațiul pentru a se vindeca și a se recupera și reconstrui nu doar ca indivizi, ci și ca comunități. De aceea, este esențial ca toți, inclusiv oficialii guvernamentali, furnizorii de servicii medicale și sociale, personalul școlar și grupurile comunitare, să se unească. Lucrând mână în mână, putem asigura că cei mai vulnerabili au acces la sprijinul de care au nevoie, protejând în același timp bunăstarea tuturor.

În fiecare an, milioane de oameni sunt afectați de situații de urgență, cum ar fi conflictele armate și dezastrele naturale. Aceste crize perturbă familiile, mijloacele de trai și serviciile esențiale și au un impact semnificativ asupra sănătății mintale. Aproape toți cei afectați se confruntă cu suferință psihologică. O minoritate dezvoltă afecțiuni mintale, cum ar fi depresia sau tulburarea de stres posttraumatic.

Urgențele pot agrava afecțiunile de sănătate mintală și problemele sociale, cum ar fi sărăcia și discriminarea. De asemenea, pot contribui la noi probleme, cum ar fi separarea familiilor și consumul de substanțe nocive.

Informații cheie

- Aproape toate persoanele afectate de situații de urgență se confruntă cu suferință psihologică, care, de obicei, se ameliorează în timp.
- Una din cinci persoane (22%) care au trecut prin război sau conflict în ultimii 10 ani suferă de depresie, anxietate, tulburare de stres posttraumatic, tulburare bipolară sau schizofrenie.

- Până la sfârșitul anului 2024, peste 123 de milioane de oameni au fost strămutați forțat în întreaga lume. Un procent uimitor de 71% dintre aceștia sunt găzduiți în țări cu venituri mici și medii, unde sistemele de sănătate sunt deja sub presiune. În aceste contexte, accesul la servicii de sănătate mintală este extrem de limitat.
- Urgențele perturbă semnificativ serviciile de sănătate mintală și reduc disponibilitatea îngrijirilor de calitate.
- Persoanele cu afecțiuni mintale severe sunt deosebit de vulnerabile în timpul situațiilor de urgență și au nevoie de acces la îngrijire medicală mintală și la alte nevoi de bază.

Majoritatea persoanelor afectate de situații de urgență experimentează sentimente de anxietate, tristețe, lipsă de speranță, probleme de somn, oboseală, iritabilitate, furie sau dureri. Această suferință psihologică se ameliorează de obicei în timp, dar unii oameni dezvoltă ulterior o afecțiune mintală.

Se estimează că 13% dintre populațiile afectate de conflicte au forme ușoare de depresie, anxietate și tulburare de stres posttraumatic, în timp ce tulburările mintale moderate sau severe afectează 9%. În mediile afectate de conflicte, depresia crește odată cu vârsta și este mai frecventă la femei. Persoanele cu afecțiuni severe sunt deosebit de vulnerabile în timpul și după situațiile de urgență și au nevoie de acces la nevoi de bază și îngrijiri clinice.

În 2024, Adunarea Mondială a Sănătății a aprobat o rezoluție pentru consolidarea serviciilor de sănătate mintală și asistență socială în toate etapele situațiilor de urgență și pentru furnizarea de servicii integrate și de calitate pentru sănătatea mintală, accesibile tuturor. Aceasta îndeamnă statele membre să implementeze Planul de acțiune cuprinzător pentru sănătate mintală al OMS 2013-2030 și să facă investiții pe termen lung în servicii comunitare și în coordonare intersectorială.

În această zi să ne intensificăm eforturile pentru a crea o lume în care sănătatea mintală este apreciată, protejată și accesibilă tuturor, în special în fața adversității.

Potrivit OMS, sănătatea mintală s-a înrăutățit la nivel mondial după pandemie. Un sondaj Eurobarometru realizat în 2023 a arătat că **aproape 1 din 2 persoane** (46% din populația UE) s-a confruntat cu probleme emoționale sau psihosociale, cum ar fi sentimentul de deprimare sau de anxietate.

În multe țări occidentale, tulburările mintale sunt principala cauză a dizabilității, responsabile pentru 30-40% din concediile medicale cronice și costând aproximativ 3% din PIB.

OMS/Europa urmărește cinci priorități pentru sănătatea mintală:

- bunăstarea populației prin sprijinirea activităților care promovează bunăstarea mintală și previn tulburările mintale;

- capacitatea utilizatorilor de servicii și a îngrijitorilor, astfel încât serviciile să poată răspunde nevoilor, aspirațiilor și experiențelor lor;
- dezvoltarea serviciilor, în special a practicii comunitare în țările cu venituri medii și mici, unde serviciile au fost furnizate în mod tradițional în instituții mari de boli mintale;
- starea îngrijirii persoanelor cu dizabilități mintale în Europa, concentrându-se pe condițiile persoanelor cu dizabilități și probleme de sănătate mintală pe termen lung, care prea adesea trăiesc în circumstanțe inacceptabile, și dezvoltarea sprijinului familial și a serviciilor comunitare;
- informații de înaltă calitate, deoarece acestea lipsesc adesea.

În Republica Moldova, potrivit datelor Studiului național al prevalenței factorilor de risc pentru bolile netransmisibile (STEPS, 2021), 18,3% din populația adultă (18 – 69 ani) au acuzat simptome de depresie și 1,7% de respondenți s-au adresat după asistență la specialiști. Dintre cei care s-au adresat după ajutor, 55% au primit tratamentul necesar.

Conform datelor statistice preliminare incidența prin maladii psihice a fost de 227,5 cazuri la 100 mii de locuitori în anul 2024, comparativ cu 2023 când au fost înregistrate 251,7 cazuri la 100 mii locuitori. La copii de vârstă 0 – 17 ani s-au înregistrat în anul 2024 - 258, 9 cazuri la 100 mii locuitori, comparativ cu anul 2023– 240,1 cazuri la 100 mii locuitori.

Ex: V. Prisacari