

EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE

„Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”

2026. 05. 04 - 08.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

A Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat keretében immár második alkalommal szervezzük meg a Mentális Egészség Hetét, amelynek célja, hogy a köznevelési intézményekben dolgozó szakemberek és a szolgáltatást igénybe vevő pedagógiai közösségek számára tudományosan megalapozott ismereteket, gyakorlati szempontokat és szakmai párbeszédet biztosítson. A program kapcsolódik az Európai Mentális Egészség Hete kezdeményezéséhez, mottója mentén:

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe”
(„Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”).

A mentális egészség a gyermekek és tanulók fejlődésének, tanulási teljesítményének és társas működésének meghatározó feltétele, ugyanakkor többdimenziós jelenség: magában foglalja a pszichés jóllétet, a rugalmas megküzdést, valamint a környezeti változásokhoz való adaptáció képességét. A pedagógiai munkában ezért különösen jelentős a szemlélet, amely nem kizárólag a problémák megjelenésére reagál, hanem prevenciós fókuszú, és tudatosan törekszik a védőfaktorok erősítésére (pl. támogató felnőtt-gyerek kapcsolatok, biztonságos iskolai klíma, érzelemszabályozást segítő stratégiák), miközben figyelembe veszi a kockázati tényezők (pl. tartós stressz, izoláció, beilleszkedési nehézségek) szerepét is.

A „változó Európa” kontextusában a mentális egészséget érintő kihívások – legyen szó társadalmi-gazdasági átalakulásokról, demográfiai változásokról vagy a digitális környezet hatásairól – komplex módon jelenhetnek meg a tanulók mindennapjaiban. A pedagógiai szakszolgálat ezért olyan, bizonyítékokon alapuló megközelítést képvisel, amely egyszerre támogatja a korai felismerést, a szakszerű beavatkozást és a hosszabb távú, rendszer szintű prevenciót.

A Mentális Egészség Hetének programjai az elmélet és gyakorlat összekapcsolására épülnek: a rendezvényeken a szakmai tudás és a mindennapi intézményi tapasztalat párbeszéde erősödik, különös tekintettel az interdiszciplináris együttműködésre. A tanulók mentális jóllétének támogatása közös felelősség: a pedagógusok, pszichológusok, gyógypedagógusok, fejlesztő pedagógusok, valamint a szülői és intézményi szereplők összehangolt munkája teremthet olyan feltételeket, amelyek segítik a tanulókat a fejlődési folyamatokban, és csökkentik a tartós megterhelődés kialakulásának kockázatát.

Bízunk abban, hogy a programfüzetben összegyűjtött alkalmak hozzájárulnak ahhoz, hogy a mentális egészség a köznevelési környezetben valódi prioritásként jelenjen meg—tudományosan megalapozott szemlélettel, szakmai felelősségvállalással és a kapcsolódó közösségek erejére építve.

Köszönjük mindenkinek a részvételt és a közreműködést a Mentális Egészség Hetének megvalósításában. Célunk közös: a tanulók és pedagógusok számára olyan támogató, biztonságos szakmai környezet kialakítása, amely hosszú távon is erősíti a mentális jóllétet.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)

2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat Korai Fejlesztési Centrum és Tanácsadó Szakmai Központ

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.04.	12:00-14:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat Korai Fejlesztési Centrum és Tanácsadó Szakmai Központ 1077 Budapest, Izabella u. 1.	Illényi Eszter, Barnabás Helga, Reppert Zoé Borbála	Együtt egy irányba – átmenettervezés fókuszú szülőcsoport a korai ellátásban	Előadás, szakmai beszélgetés. (max. 15 fő)
2026.05.06	08:00-10:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat Korai Fejlesztési Centrum és Tanácsadó Szakmai Központ 1077 Budapest, Izabella u. 1.	Buzogány Borbála Lujza	Lélegezz és légy jelen! Test és lélek harmóniája	Saját élményalapú workshop. (max. 10 fő)
2026.05.06	13:00-15:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat Korai Fejlesztési Centrum és Tanácsadó Szakmai Központ 1077 Budapest, Izabella u. 1.	Vásárhelyi Lilla	Mentális egyensúly játékosan: Rubik- kocka workshop	Saját élményalapú workshop. (max. 5 fő)
2026.05.06.	12:00-14:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat Korai Fejlesztési Centrum és Tanácsadó Szakmai Központ 1077 Budapest, Izabella u. 1.	Schiller Boglárka	Láthatatlan különbségek. Mesék különleges gyerekekről, hétköznapi találkozásokról.	Könyvklub, érzékenyítő mesék a sajátos nevelési igényű gyermekekért. (max. 15 fő)
2026.05.07.	12:00-13:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat Korai Fejlesztési Centrum és Tanácsadó Szakmai Központ, 1077 Budapest, Izabella u. 1.	Reppert Zoé Borbála, Biró Rita Zsófia	Okos eszközök koragyermekkorban. Pszichés egészségmegőrzés a digitális korban.	Nyitott kerekasztal beszélgetés. (szülők, pedagógusok, érdeklődők számára) (max. 15 fő)

KIKET VÁRUNK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szülők, szakemberek, hallgatók jelentkezését várjuk.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)

2026. május 4-8.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: biro.rita.zsofia.kp@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.04.30.

A jelentkezéseket az érkezés sorrendjében fogadjuk, a részvételt visszaigazoló e-mailben erősítjük meg.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat Izabella utca 1. telephelye

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.06.	10:00- 13:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat Izabella utca 1. telephelye 1077 Budapest, Izabella utca 1.	Fűzérné Csuka Noémi	Lego tréning a mentális egészség jegyében az óvoda- és iskolapszichológus koordinátorok részére	Szakmai tréning óvoda és iskolapszichológus koordinátorok számára

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Óvoda- és iskolapszichológus koordinátorok részére.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: biro.rita.zsofia.kp@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.04.30.

A jelentkezéseket az érkezés sorrendjében fogadjuk, a részvételt visszaigazoló e-mailben erősítjük meg.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)

2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat I. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.04.	14:00-15:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat I. kerületi Tagintézmény 1012 Budapest, Logodi u. 80.	Csató Valéria, Ali Melinda	Stresszoldó torna és relaxációs technikák pedagógusoknak.	Csoportos mozgásos saját-élmény. (Pedagógusok jelentkezését várjuk.) (max. 12 fő)
2026.05.06.	11:30-12:30	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat I. kerületi Tagintézmény 1012 Budapest, Logodi u. 80.	Erős-Lengyel Valéria Erdei Kata Cselényi Zsuzsanna Kurdi Magdolna B. Trefil Edina Lantos Melinda	Nyitott esetmegbeszélés demonstráció	Esetmegbeszélés „akvárium” módszerrel Pszichológus szakemberek jelentkezését várjuk! (max.12 fő)
2026.05.07.	12:00-13:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat I. kerületi Tagintézmény 1012 Budapest, Logodi u. 80.	Herneckzi Márton	Okos eszközök és közösségi média. Pszichés egészségmegőrzés a digitális korban.	Nyitott kerekasztal beszélgetés. (szülők, pedagógusok, érdeklődők számára) (max. 12 fő)

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szülők, szakemberek, hallgatók jelentkezését várjuk (programnál jelölve).

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.01@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.04.29.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)

2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat II. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.05.	18:00-18:45	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat II. kerületi Tagintézmény 1022 Budapest, Marczibányi tér 01.	Tóth Ákos- Gyirkis Ágnes	ADHD szülőcsoport	Beszélgetés
2026.05.04.	15:00-16:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat II. kerületi Tagintézmény 1022 Budapest, Marczibányi tér 01.	Dudás Annabel- Ugronicz Anett	Szorongó csoport	Beszélgetés

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szülők jelentkezését várjuk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: pinter.szilvia.02@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.04.30.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)

2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat III. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa	Kiket várunk a programra?	Jelentkezés módja
2026.05.04.	08:00-09:30	FPSZ III. Kerületi Tagintézmény 1035 Bp. Vihar u. 31.	Oláhné Rados Éva, Szerencsi-Puskás Andrea	A csoportfoglalkozások segítségével megvalósuló gyermekek - és általuk családjai- mentális jóllétének megóvása és a szülőkkel való közös együttműködés támogatása.	Fejlesztő foglalkozás, beszélgetés, tanácsadás	Szülők és szakemberek	puskas.andrea.03@fpsz.net
2026.05.05.	09:00-12:00	FPSZ III. Kerületi Tagintézmény Logopédiai Ambulancia 1035 Bp. Szél u. 11-13.	Mácsainé Hajós Katalin	Szülőcsoportos dadogás terápia óvodás korúak és szüleik részére	Nyílt óra	III. kerület FPSZ szakemberei (max. 3 fő)	info.logo.03@fpsz.net
2026.05.06.	10:00-11:00	FPSZ III. Kerületi Tagintézmény 1035 Bp. Vihar u. 31.	Papp Anna, Nemesbüki Veronika	Segítő szakmában dolgozók kiegészésének felismerése, és kezelése a mindennapi gyakorlatban	Előadás, miniműhely	Pszichológus kollégák és intézmény pszichológusok	papp.anna.krisztina.03@fpsz.net nemesbuki.veronika.03@fpsz.net
2026.05.07.	16:00-17:00	FPSZ III. Kerületi Tagintézmény 1039 Bp. Bebó K. u. 13.	Sauer- Szmétán Eszter, Konyicska- Egresi Júlia	Amit minden szülőnek tudnia kell: Hogyan vegyük észre időben? - Drogok és vészhelyzetek kamasz korban.	Kerekasztal beszélgetés	Szülők és érdeklődő kollégák	konyicska-egresi.julia.03@fpsz.net sauer.szmetan.eszter.03@fpsz.net
2026.05.07.	13:00-14:15	FPSZ III. Kerületi Tagintézmény Logopédiai Ambulancia 1035 Bp. Szél u. 11-13.	Linkes Lilla	Test, lélek és szellem jogája	Gyakorlati foglalkozás (joga+meditáció)	III. kerület FPSZ szakemberei	info.logo.03@fpsz.net

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS HATÁRIDEJE: 2026. 04.30.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat IV. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.04.05.	11:00-12:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat IV. Kerületi Tagintézménye; 1041 Budapest, Szigeti József u. 1-3.	Szuhanyik Csilla (gyógytestnevelő)	Rejtett egészség	Előadás
2026.05.05.	14:00-14:45	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat IV. Kerületi Tagintézménye; 1041 Budapest, Szigeti József u. 1-3.	Bóta Evelin, Ézsiás Dóra, Kocsis Gabriella, Mészáros Abigél, Tóth Zoltán, Wasser Kata (gyógypedagógusok)	Kapcsolati és közösségi szemlélet – együttműködés szakemberek között	Előadás
2026.04.06.	11:30-12:30	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat IV. Kerületi Tagintézménye; 1041 Budapest, Szigeti József u. 1-3.	Logopédus munkacsoport	Mentális egészségről való gondoskodás logopédusként	Kerekasztal beszélgetés
2026.05.07.	11:00-12:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat IV. Kerületi Tagintézménye; 1041 Budapest, Szigeti József u. 1-3.	Horváth Zsófia (pszichológus)	Óvodáskorú gyermekek szülei számára tartott szülőcsoport gyakorlatának bemutatása	Jó gyakorlat bemutatása

KIKET VÁRUNK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szülők, szakemberek jelentkezését várjuk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.04@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.04. 29.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat VI. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.05.	10:00-10:45	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat VI. Kerületi Tagintézmény Telephelye, 1064 Budapest, Nagymező u. 52.	Dr. Némethné Tőke Szilvia Csilla- gyógytestnevelő	Nyakizmok nyújtása, gerincmobilizáló gyakorlatok-(szakemberek részére műhelyfoglalkozás keretében)	Csoportos foglalkozás (max. 15 fő részére)
2026.05.06.	11:30-12:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat VI. Kerületi Tagintézménye, 1062 Budapest, Bajza u.46.	Dr. Némethné Tőke Szilvia Csilla - gyógytestnevelő	Ellazulást segítő, mobilizáló stretching gyakorlatok ebédidőben (jógyakorlat bemutatása szakemberek részére)	Csoportos foglalkozás (max. 15 fő részére) Helyszín: Városliget- Zeneháza előtt

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szülők, szakemberek, hallgatók jelentkezését várjuk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.06@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.05.04.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)

2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat VII. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.07.	12:30-14:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat VII. Kerületi Tagintézmény 1075 Budapest, Rumbach S. u. 10.	Dakóné Maros Katalin (gyógypedagógus) Veres Réka (pszichológus)	Mentális töltőállomás – módszertani bővítés, stressz mentesítő technikákkal	Szakmai műhely, jó gyakorlat bemutatása, kerekasztal
2026.05.07.	12:30-14:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat VII. Kerületi Tagintézmény 1075 Budapest, Rumbach S. u. 10.	Pajor Ágnes (pszichológus) Sütőné Daragó Edina (gyógypedagógus)	Szakmai töltőállomás - pedagógus erőforrások feltárása	Esetmegbeszélés
2026.05.07.	12:30-14:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat VII. Kerületi Tagintézmény 1075 Budapest, Rumbach S. u. 10.	Preinsperger-Ulveczki Anna (pszichológus)	Pedtöltő Brunch – ételkóstoló természetes forrásokból	Jó gyakorlat, team munka

KIKET VÁRUNK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

VII. kerületi pedagógusokat, fejlesztőpedagógusokat intézményenként 1-2 főt várunk (maximum 15 főt).

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.07@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026. 04. 30. 12 óráig





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat VIII. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.07.	14:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat VIII. Kerületi Tagintézménye 1081 Budapest, II. János Pál pápa tér 4.	Szénási Alexandra, Kardos Andrea, Tréfa Dorottya, Rideg Veronika	A kommunikáció különböző aspektusainak hatása a mentális jóllétre - logopédus szemmel	Kerekasztal beszélgetés szülők részére
2026.05.07.	15:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat VIII. Kerületi Tagintézménye 1081 Budapest, II. János Pál pápa tér 4.	Kővári Zolna Katinka (klinikai szakpszichológus)	„Jó szülő vagyok?” – önismereti alkalom <ul style="list-style-type: none">• Szülői bizonytalanság, bűntudat• Saját gyerekkori minták hatása• Elég jó szülőség fogalma	Kerekasztal beszélgetés szülők részére
2026.05.07.	16:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat VIII. Kerületi Tagintézménye 1081 Budapest, II. János Pál pápa tér 4.	Németh Attila (pszichológus)	Gyermek mentális egészsége a hétköznapokban <ul style="list-style-type: none">• Szorongás, túlterheltség jelei• Érzelmekkel való kommunikáció• Hogyan beszéljünk nehéz helyzetekről?	Kerekasztal beszélgetés szülők részére

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szülők, szakemberek, hallgatók jelentkezését várjuk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.08@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026. 04. 30.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat IX. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.06.	10:00– 11:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat IX. Kerületi Tagintézménye 1095 Budapest, Mester utca 67. (Bejárat: Tóth Kálmán u. 35.)	Bálint Ildikó	A szülői reziliencia ereje: Hogyan válik a te lelki rugalmasságod a gyermeked legnagyobb biztonságává? – Miért a te nyugalmad a legjobb fejlesztő eszköz?	Előadás

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szülők jelentkezését várjuk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: balint.ildiko.09@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.05.04.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XI. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.04.	13:00-14:30	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XI. Kerületi Tagintézménye, 1117 Budapest, Erőmű utca 4.	Fegyverneki Edit óvoda-, iskolapszichológus koordinátor és a kerületi óvodapszichológus team tagjai	A NyugiOvi program ismertetése, és a megvalósítás támogatása a kerületi óvodákban	Előadás és beszélgetés a tapasztalatokról
2026.05.06.	10:00-11:30	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XI. Kerületi Tagintézménye, 1117 Budapest, Erőmű utca 4.	moderátor: Kása Andrea tagintézmény-igazgató	Mentális körkép a kerületi iskolákban – milyen problémákkal fordulnak hozzánk?	Kerekasztal-beszélgetés

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

1. Szakemberek: óvodapedagógusok és óvodapszichológusok
2. Szakemberek: iskolapszichológusok, iskolai szociális segítők, nevelési tanácsadásban dolgozó pszichológusok, gyógypedagógusok

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.11@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.04.29.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XII. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.04.	13:00-14:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XII. Kerületi Tagintézménye, 1126 Budapest, Kiss János altábornagy utca 31-33/a	Pinczés-Oláh Petra Olívia	KIÉGÉS MEGELŐZÉSE és mentális egészségvédelem	Előadás, saját élmény
2026.05.05.	15:00-16:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XII. Kerületi Tagintézménye, 1126 Budapest, Kiss János altábornagy utca 31-33/a	Fejér-Pregun Lili	NYUGIZÓNA-Közösségi élmény, ahol a kapcsolódás és a relaxáció kerül fókuszba. Autogén tréning alapú relaxáció saját élmény/ tapasztalaton keresztül.	Előadás-saját élmény
2026.05.06.	14:00-15:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XII. Kerületi Tagintézménye, 1126 Budapest, Kiss János altábornagy utca 31-33/a	Pinczés-Oláh Petra Olívia	Mentális tréning és STRESSZKEZELÉS a mindennapokban	Előadás-saját élmény
2026.05.07.	15:00-16:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XII. Kerületi Tagintézménye, 1126 Budapest, Kiss János altábornagy utca 31-33/a	Csordás Ildikó Julia	FESZÜLTÉG KI, NYUGALOM BE!-mentális feszültségcsökkentés légzőgyakorlatok alkalmazásával	Saját élmény

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Tagintézmény kollektíva tagjait, kerületi óvodapedagógusokat-fejlesztőpedagógusokat.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.12@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.04.30





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)

2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XIII. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.04.	14:00-15:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XIII. Kerületi Tagintézménye 1133 Budapest, Pannónia u. 81.	Héder Rita (gyógypedagógus) Kisnémet-Réz Dorina (pszichológus)	Mentális segítségnyújtás atipikus gyermekek szüleinek - gyakorlati tapasztalatok megosztása	Előadás, szakmai műhely szakembereknek, 10 fő részére
2026.05.05.	17:00-18:00	Hegedűs Géza Általános Iskola, 1139 Budapest, Fiastyúk u. 47-49.	Varga Viktória (gyógytestnevelő)	„Testben indul” – mentális jóllét gyógytestneveléssel szülőknek gyerekekkel	Közös gyógytestnevelés foglalkozás, 15 fő részére
2026.05.06.	14:00-15:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XIII. Kerületi Tagintézménye 1133 Budapest, Pannónia u. 81.	Vida Bettina (pszichológus)	„Gondoskodj magadról, hogy gondoskodhass másokról”- az öngondoskodás, mint szakmai kompetencia	Előadással bevezetett mentálhigiénés szakmai műhely pedagógusoknak, 15 fő részére

KIKET VÁRUNK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

A meghirdetett előadásokra és a nyílt foglalkozásokra szülőket és pedagógusokat várunk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.13@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026. április 30.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XIV. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.06.	14:00– 15:30	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XIV. Kerületi Tagintézménye 1147 Budapest, Fűrészt utca 64-66.	Modor Júlia	Találkozás önmagammal	Mentálhigiénés workshop pedagógusoknak
2026.05.08.	09:00- 10:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XIV. Kerületi Tagintézménye 1147 Budapest, Fűrészt utca 64-66.	Mayer Eszter	Stresszoldás mozgással	Mozgásos foglalkozás pedagógusoknak

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szakemberek jelentkezését várjuk a programokra, akik kicsit szeretnének kikapcsolódni, feltöltődni. Összesen 6-6 főt tudunk az egyes programokon fogadni.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: mayer.eszter.14@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026. május 4. hétfő





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XV. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.05.	12:00-13:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XV. Kerületi Tagintézménye 1157 Budapest, Hartyán köz 3.	Tószegi Veronika	Gyakorlati tapasztalás a hangtál terápiairól	Relaxáció
2026.05.08.	11:00-12:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XV. Kerületi Tagintézménye 1157 Budapest, Hartyán köz 3.	Pozsik Éva	A 321 meridián torna	Beszélgetés gyakorlati útmutatóval
2026.05.08.	14:00-15:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XV. Kerületi Tagintézménye 1157 Budapest, Hartyán köz 3.		Mindfulness szoba gyerekeknek	Az óvodás-kisiskolás korosztályt várjuk kipróbálásra

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szülők, szakemberek, hallgatók jelentkezését várjuk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.15@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.04.29.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)

2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XVI. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.05.	10:00-11:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XVI. Kerületi Tagintézménye, 1161 Budapest, Szent Korona u.75-77.	Szászné-Nádudvari Ilona, Hefler Csilla, Vincze- Juhász Réka	Gyerekek szorongásának oldása szenzoros eszközökkel	Foglalkozás óvodás gyermekek számára
2026.05.05.	13:30-15:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XVI. Kerületi Tagintézménye, 1161 Budapest, Szent Korona u.75-77.	Vincze- Juhász Réka, Faragó Anikó	Magatartás-viselkedésproblémák hatékony kezelése tanítási órán	Előadás óvoda-és iskolapszichológusoknak
2026.05.05.	16:00-18:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XVI. Kerületi Tagintézménye, 1161 Budapest, Szent Korona u.75-77.	Krepler István	A szülői kiegész veszélyei	Előadás és workshop szülők számára
2026.05.05.	16:30-18:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XVI. Kerületi Tagintézménye, 1161 Budapest, Szent Korona u.75-77.	Hefler Csilla, Krudy- Szép Rita, Gugora Réka, Nyeste Szabó Ottilia, dr. Katona Györgyi	Lelki erőforrásaink - sikerélmény jógyakorlatokkal a fejlesztőpedagógusi munkában	Workshop a kerületi iskolák fejlesztő pedagógusai számára

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szülők, gyerekek, óvoda-és iskolapszichológusok és fejlesztő pedagógusok jelentkezését várjuk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.16@fpsz.net email címen

Jelentkezési határidő: 2026.04.30.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)

2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XVII. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.08.	16:00- 20:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XVII. Kerületi Tagintézmény 1173 Budapest, Gyökér u. 20.		Társasjáték party	Szakmai beszélgetés szakemberek számára

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Tagintézményünk szakembereit várjuk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

Zárt Facebook csoportban.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)

2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XVIII. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.04.	11:30- 12:30	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XVIII. Kerületi Tagintézménye 1181 Budapest Kondor B. sétány 10.	Czéh Beáta (gyógytestnevelő, köznevelési szakértő)	„Ép testben ép lélek” (luvenalis) A lelki egészség megőrzésének jelentősége napjainkban -Mentális egészség –elméleti összefoglaló	Előadás
2026.05.06.	12:30- 13:30	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XVIII. Kerületi Tagintézménye 1181 Budapest Kondor B. sétány 10.	Sényi Gabriella (gyógytestnevelő, köznevelési szakértő)	„Ép testben ép lélek” (luvenalis) A lelki egészség megőrzésének jelentősége napjainkban -„Lelkes gyógytesisek” – gyakorlati „kóstolgotó előadás”	Gyakorlati bemutató előadás
2026.05.06.	11:30- 12:30	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XVIII. Kerületi Tagintézménye 1181 Budapest Kondor B. sétány 10.	Pusztai Bettina (pszichológus, képzésben lévő lovasterapeuta pszichológiai szakágon)	Lovasterápia alkalmazási lehetőségei	Előadás

KIKET VÁRUNK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Az 05.04-ei előadásra és a 6-ai gyakorlati bemutatóra és előadásra: szülők, szakemberek, hallgatók jelentkezését várjuk.

Az 05.06-ai (Lovasterápia...) előadásra: szakemberek jelentkezését várjuk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben, az előadásokra külön kell jelentkezni a kolléganőknél: 05.04-ei előadásra: czeh.beata.18@fpsz.net, 05.06-ai bemutatóra és előadásra: senyi.gabriella.18@fpsz.net, 05.06-ai előadásra: pusztai.bettina.18@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.04.30.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)

2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XXI. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.07.	08:30-10:00	Főváros Pedagógiai Szakszolgálat Telephelye 1077 Budapest, Izabella u. 1.	Szöllősy Daniella Pusoma Szilvia	Művészetterápiás foglalkozás - Alkalmazási lehetőség a nevelési tanácsadás feladatkörben. Saját élmény	Előadás, saját élmény (relaxáció, imagináció, alkotás)
2026.05.07.	13:30-15:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XXI. Kerületi Tagintézménye 1211 Budapest, Kiss János alt. u. 10-12.	dr. Gottliebne Darvas Zita	Digitális eszközhasználat tizenéves korosztályban - Megoldásfókuszú, szükségletfeltáró esetelemzési gyakorlat.	Előadás, csoportos foglalkozás, beszélgetés

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szülők, szakemberek, hallgatók jelentkezését várjuk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.21@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026. május 3.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XXII. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.04.	11:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XXII. Kerületi Tagintézmény 1221 Budapest, Szent István tér 1	Kocsis Petra, Nemes Johanna	A mentális egészség-a tavaszi fáradtsággal való megküzdés stratégiái	Interaktív workshop

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szakemberek jelentkezését várjuk.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info22@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026.04.20.





EURÓPAI MENTÁLIS EGÉSZSÉG HETE PROGRAM

„Stronger Together: Prioritise Mental Health in a Changing Europe” („Együtt erősebbek vagyunk: a mentális egészség prioritása egy változó Európában”)
2026. május 4-8.

Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XXIII. Kerületi Tagintézmény

Dátum	Időpont	Intézmény neve és címe	Előadó(k) neve	A program címe	A program típusa
2026.05.05.	18:00	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XXIII. Kerületi Tagintézménye 1237 Budapest Tartsay u. 26.	Vadász Viktória (pszichológus)	ADHD csoportos foglalkozás 9-11 éves korosztály számára	Nyílt óra a szülők számára
2026.05.06.	09:30	Fővárosi Pedagógiai Szakszolgálat XXIII. Kerületi Tagintézménye 1237 Budapest Tartsay u. 26.	Tóthné Dr. Babos Edit (klinikai szakpszichológus) Kiss Erika (klinikai szakpszichológus tagintézményigazgató- helyettes)	Kerületi Mentálhigiénés Találkozó- „Együtt erősebbek vagyunk.”	Kerekasztal beszélgetés a 23. kerületben dolgozó pszichológusok részvételével

KIKET VÁRNAK A PROGRAMOKRA? KIK SZÁMÁRA SZERVEZIK ŐKET?

Szülők, szakemberek.

A PROGRAMOKRA TÖRTÉNŐ JELENTKEZÉS MÓDJA

E-mailben: info.23@fpsz.net

Jelentkezési határidő: 2026. 04. 30.

