

Абетка ментального здоров'я студентів

Згідно з визначенням ВООЗ, ментальне здоров'я — це стан щастя та добробуту, в якому людина реалізує свої творчі здібності, може протистояти життєвим стресам, продуктивно працювати та робити внесок у суспільне життя. Це означає, що ментальне здоров'я об'єднує здоровий дух та психіку людини із соціальним складником.

10 жовтня практичним психологом Русланою ХОЛЯВКО проведено заняття до дня Ментального здоров'я зі студентами 4 курсу спеціальності «Агроінженерія». Під час заняття обговорювали що таке ментальне здоров'я та як про нього піклуватись.

12 жовтня відбулось тренінгове заняття для I курсів А11, ГДХ11 груп з гаслом: «Добути і зберегти своє здоров'я може тільки сама людина». В кінці заняття Руслана Олександрівна провела руханку: «Дбаємо про своє ментальне здоров'я».

