



7 июня 2017 года

в ММАУ «Городская поликлиника №1»
(г. Тюмень, ул. Газовиков, 6/1) состоялась
очередная встреча участников проекта

«Творческая мастерская «Жемчужины здоровья»

Тема мероприятия «Психологическое здоровье и ресурсы его сохранения»

Содержание семинара-практикума «Психологическое здоровье и ресурсы его сохранения.

- Понятие психологического здоровья
- Основные критерии психологического здоровья
- Формирование и сохранение психологического здоровья

На семинаре-практикуме участники проекта познакомились со сравнительной характеристикой понятий «психическое» и «психологическое» здоровье, узнали о факторах риска ухудшения психологического здоровья, об основных ресурсах психологического здоровья и о различных способах формирования и поддержания психологического здоровья.

В ходе встречи участники поделились своим опытом улучшения психоэмоционального состояния, а в завершении мероприятия психолог учреждения предложила участникам семинара упражнение с метафорическими картами.

В мероприятии приняли участие граждане пожилого возраста - ветераны Заречных микрорайонов города Тюмени.

Поддержка проекта осуществлена благотворительным фондом «Хорошие истории» на средства, предоставленные АО «Райффайзенбанк».

***Приглашаем всех желающих граждан пенсионного возраста
принять участие в мероприятиях проекта
«Творческая мастерская «Жемчужины здоровья»!***

*Более подробную информацию можно получить по телефону 89504861190, контактное лицо – Гимадиева Лилия Фархатовна
(см. ниже «Тематический план мероприятий»)*