

Instytut Psychologii pragnie zaprosić Państwa na Seminarium Naukowo-Praktyczne pt.: „**Profilaktyka zdrowia psychicznego**”

Celem seminarium jest pogłębienie wiedzy na temat prewencji zaburzeń psychicznych oraz promowanie zdrowego stylu życia psychicznego. Dzięki wykładom i warsztatom prowadzonym przez doświadczonych specjalistów uczestnicy będą mieli okazję zdobyć praktyczne umiejętności w zakresie rozpoznawania i zapobiegania problemom zdrowia psychicznego.

Data i miejsce:

10.10.2024 godzina 10:00

Aula Biblioteki Uniwersyteckiej (al. Wojska Polskiego 71, 65-762 Zielona Góra)

Program seminarium:

10:00	<i>Otwarcie Seminarium</i>
10:10-10:40	<i>Wykład: Lek. Spec. Błażej Antosz: Zaburzenia depresyjne wczoraj i dziś</i>
10:45-11:15	<i>Wykład: dr Marcin Florkowski: Skąd się bierze zdrowie psychiczne?</i>
11:20-11:50	<i>Wykład: dr Anna Góralewska-Słońska: Wypalenie zawodowe (wykładowców i studentów): co nas chroni i gdzie jest zagrożenie</i>
11:55-12:55	1. Warsztat: mgr Aleksandra Kubiak-Frątczak: Psychoprofilaktyka w ujęciu integracyjnym - Praktyczny warsztat o narzędziach psychologicznych wspierających równowagę w obliczu stresu (sala multimedialna II piętro) 2. Warsztat: mgr Piotr Przybylski: W poszukiwaniu skutecznej komunikacji (sala komputerowa III piętro)
13:00	<i>Zamknięcie Seminarium</i>

Link do zapisów znajduje się na stronie

<https://ips.uz.zgora.pl/badania/konferencje--warsztaty>