

Duševné zdravie

WEBINÁR JE URČENÝ PRE ŠTUDENTOV STU

OBSAH

- Čo je to duševné zdravie?
- Aké preventívne opatrenia môžeme robiť pre to, aby sme sa starali o vlastné duševné zdravie?
- Tipy pre študentov ako sa vysporiadať so záťažou a stresom počas pandémie

KEDY?

Štvrtok 04.01.2021 od 15:00 do 16:00
prostredníctvom Google Meet

AKO SA PRIHLÁSIŤ?

Prostredníctvom STU e-mailovej adresy (**.....@stuba.sk**) napíšte na:
poradenske.centrum@stuba.sk

Uvedte názov kurzu o ktorý máte záujem. Následne Vám bude zaslaná pozvánka do Google kalendára (najneskôr hodinu pred začiatkom).

Ak Vám termín nevyhovuje, tak napíšte na **poradenske.centrum@stuba.sk**
a dohodneme sa na náhradnom termíne.