



Інформаційний захід для студентів факультету економіки і управління

14.10.2024

В умовах війни в Україні тема психічного здоров'я набула особливої актуальності, адже постійний стрес і переживання стали невід'ємними супутниками нашого життя, формуючи відчуття невизначеності та тривоги. 10 жовтня, до Всесвітнього дня психічного здоров'я, в бібліотеці відбувся захід «**Стрес-менеджмент**» для студентів факультету економіки і управління (групи БІНЕ 21-1, 21-2, 24-1, 24-2, 24-3) на замовлення заступниці декана ФЕУ з виховної роботи **Анастасії Данілової**.



Лекторка Валентина Фоміних (завідувачка відділу комплектування та наукової обробки документів НБ ХНУ) ознайомила присутніх не лише з поняттям та основними елементами стрес-менеджменту, а й з ефективними методами управління стресом, які допомагають зберігати емоційну рівновагу у складних життєвих ситуаціях.



У Хмельницькому національному університеті задля забезпечення та підвищення ефективності педагогічного процесу та захисту психічного здоров'я всіх його учасників діє ПСИХОЛОГІЧНА СЛУЖБА (корп. № 3, ауд. 403-а), яка надає свої послуги на безоплатній основі.

ТЕЛЕФОН ДОВІРИ: 096 542 88 39

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ХНУ



АНОНІМНО БЕЗКОШТОВНО
ЩОДНЯ
з 9.00 - 21.00
після 21.00 звертатися
e-mail: ps_sluzhba@khnmu.edu.ua

Замовити захід: prosvit_libkhnmu@ukr.net

Перелік тем до замовлення

*Наукова бібліотека
Хмельницького національного університету*

Загальні питання: centr@khnmu.edu.ua
Подача новин та анонсів: press@khnmu.edu.ua

Центр кар'єри

Скринька довіри

Цивільний захист

Пожежна безпека

Охорона праці



Хмельницький національний університет, 2024