

اسبوع الرفاهية النفسية

تحت رعاية □

معالي الأستاذ الدكتور

أ.د/ ناصر الجيزاوى

رئيس الجامعة

أ.د/ السيد فودة

نائب رئيس الجامعة لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

أ.د / مروة مصطفى راغب

عميد الكلية

أ.د/ محبوبة صبحى عبد العزيز

وكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب

أ.د/ فاتن شفيق محمود

وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئه

أ.م.د/ نجلاء فتحى العطار

أستاذ مساعد قسم التمريض النفسى والصحة النفسية ومدير

وحدة الارشاد النفسى

د/ أبرار حامد محمد

منسق الانشطة الطلابيه ورائد اسره من أجل مصر

□ "أسبوع الرفاهية"

□ " استرخ، استمتع، وتعلم!"

"استعدوا لأجمل أسبوع بكلية التمريض جامعة بنها"

□ والذي يبدأ من يوم السبت الموافق 9 سبتمبر إلى يوم الخميس الموافق 14 سبتمبر □

"استمتعوا بأسبوع حافل بالأنشطة والفعاليات التي تُخصَّص لراحتكم وسعادتكم. □

□ □ ♂ يوم رياضي مليء بالحيوية والنشاط.

□ ندوات تثقيفية تغطي مختلف جوانب الصحة النفسية والجسدية.

□ يوم لعرض المواهب والفنون، استعرضوا مواهبكم وابداعاتكم

فرصة للتواصل والتعرف على زملائكم في أجواء ممتعة.

اسبوع الرفاهية النفسيه

- ❖ بدأت الفعاليات من 9نوفمبر -14 نرفمبر
- ❖ تم عمل جلسات استرخاء تدريجى بالاضافة الى عمل ورشة عن (كيف تبدا حياتك الجامعية) للفرقة الاولى وذلك فى اليوم الاول
- ❖ كما تم عمل تماريت استرخاء (جلسة تأمل) مع المراجعة الايجابية بالاضافة الى جلسة الاسترخاء وذلك فى اليوم الثانى











