دوشنبه 05 مرداد 1405 - 08:37

در راستای ارتقای آگاهی و توانمندسازی کارکنان حوزه سلامت

آموزش خودمراقبتی در بحران‌ها برای کارکنان درمانگاه کوثر قائم برگزار شد

کارگاه آموزشی سلامت روان با محوریت خودمراقبتی در شرایط بحران و جنگ، با حضور کارشناس سلامت روان مرکز خدمات جامع سلامت قائم و کارکنان درمانگاه کوثر قائم برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی شبکه بهداشت و درمان شمیرانات، در راستای ارتقای سواد سلامت روان و افزایش آمادگی کارکنان در مواجهه با شرایط بحرانی، کارگاه آموزشی سلامت روان به دعوت درمانگاه کوثر قائم و با حضور کارشناس سلامت روان مرکز خدمات جامع سلامت قائم برگزار شد.
در این برنامه آموزشی، مباحثی پیرامون اصول خودمراقبتی در هنگام بحران ها، به ویژه شرایط ناشی از جنگ، راهکارهای مدیریت استرس، حفظ آرامش روانی و شیوه های مقابله با فشارهای روانی ارائه شد.
این دوره با حضور ۲۰ نفر از کارکنان و پرسنل درمانگاه کوثر قائم برگزار شد و شرکت کنندگان ضمن آشنایی با اصول سلامت روان در شرایط بحرانی، بر اهمیت به کارگیری مهارت های خودمراقبتی در حفظ سلامت فردی و ارتقای کیفیت ارائه خدمات تأکید کردند.