

HEILSUEFLANDI HÁDEGI V

Í fimmtu og síðustu fræðslu annarinnar verður fjallað um mikilvægi félagslegra tengsla og uppbyggilegra samskipta fyrir líkamlegt og andlegt heilbrigði. Farið verður yfir hugtökin sálfélagslegt öryggi og félagsleg heilsa, og hvernig þau skipta máli fyrir heilsu okkar allra. Þá verður farið yfir leiðir til að draga úr félagslegri einangrun, byggja upp jákvæð félagsleg tengsl og koma í veg fyrir einmanaleika. Fræðslan fer fram föstudaginn 27. mars kl. 12:40 á skrifstofu Þórdísar, hjúkrunarfræðings.

FÖSTUDAGUR
KL. 12:40
27/3/2026

Föstudagurinn 27. mars:
Samvera, tengsl og samskipti

TRÚNAÐUR RÍKIR INNAN OG UTAN UMRÆÐUHÓPSINS

Þetta er öruggt svæði þar sem er velkomið að tjá sig og spyrja spurninga. Við höldum því sem fer fram innan hópsins fyrir okkur og deilum ekki með öðrum nemendum.

Þátttakendur eru hvattir til að spyrja spurninga og taka þátt í umræðum en það er engin skylda og við berum virðingu fyrir því ef einhver vilja það ekki.



SKRÁNING Á QR-KÓÐA EÐA Á HLEKK Á TÖLVUPÓSTI