

Universitatea de Stat "Alec Russo" din Bălți

Facultatea de Științe ale Educației, Psihologie și Arte

Catedra de Psihologie

Comitetul de organizare:

Silvia Briceag, dr., conferențiar universitar,

- *titular la cursul universitar: Psihologia sănătății*

Daniela Cazacu, drd., lector universitar,

- *titular la cursul universitar: Sănătate psihică și stil de viață*

Vasile Garbuz, lector universitar

Studentii grupelor - PS21Z, PS31Z:

Carolina Rusu

Alexandru Balan

Alina Ceban

Valentina Rotari

Diana Andronic **Tatiana Luchianiuc** **Diana Apostol**

Doina Palamarciuc **Alina Bogdan** **Constantin Prodan**



ZILELE SĂNĂTĂȚII



Ediția a V-a

06.04.2015 - 10.04.2015



Luni, 06.04.2015

Eveniment de lansare a Zilelor Sănătății „Spune DA pentru sănătatea ta!”

Locul desfășurării: corpul VI, sala de festivități, ora 14:10

Responsabili: Carolina Rusu, Doina Palamarcuic, Diana Andronic

Marti, 07.04.2015

❖ Punguțe cu provocări dulci „Spune **ADIO** stresului!”

Locul desfășurării: corpul VI, ora 8⁰⁰-9⁰⁰

Responsabil: Alina Ceban., Constantin Prodan, Diana Apostol, Valentina Rotari

❖ Iarmaroc (act de caritate) „Făcînd un bine, scapi de **STRES**”

Locul desfășurării: corpul VI, sala de festivități, ora 8⁰⁰-9⁰⁰

Responsabil: Valentina Rotari, Liliana Măligă, Oxana Chepteia, Alina Botezatu

❖ Salon de frumusețe (make-up, coafură, manichiură)

Locul desfășurării: corpul VI, aula 646, ora 9²⁰ -14⁰⁰

Responsabil: Siluan Școlnic, Rudnițchi Alexandrina, Buga Margarita

❖ Managementul stresului prin art-terapie

Locul desfășurării: corpul VI, ora 9²⁰ - 9⁴⁰

Corpul II-III, ora 11⁰⁰ - 11¹⁰ ; corpul IV-V, 12³⁰ -12⁴⁰

Miercuri, 08.04.2015

❖ Masa rotundă cu genericul: *Ești ceea ce gîndești!*

(sănătate psihică, armonie interioară și exterioară, optimism, robustețe, stimă de sine). Vino și află mai multe, vino pentru a obține rețeta secretă a sănătății!

Locul desfășurării: corpul IV, Centrul de consiliere psihologică, ora 12³⁰

Responsabili: Carolina Rusu, Doina Palamarcuic, Diana Andronic

Joi, 09.04.2015

❖ **Arborele sănătății ora 9²⁰ - 14¹⁰**

Locul desfășurării:

corpul VI: Natalia Dabija, Cristina Podgurschi;

corpul V: Daria Porohnea, Vitalie Melnic;

corpul V: Valeria Rusnac, Elena Dolință;

corpul IV: Sergiu Gnatiuc, Tatiana Luchianiuc.

❖ **Îmbrățișări gratuite**

Locul desfășurării: USARB, pe tot parcursul zilei

Responsabil: Alexandru Balan, Sergiu Gnatiuc.

❖ Flash-mob: **Spune DA pentru sănătatea ta!**

Locul desfășurării: Piața ”Vasile Alecsandri” Bălți, ora 12³⁰

❖ Atelier „Stil de viață și dezvoltarea personală” (cu participarea elevilor din liceele municipiului Bălți)

Locul desfășurării: corpul IV, Centrul de consiliere psihologică, ora 14¹⁰

Responsabil: Alexandru Balan, Alina Bogdan, Elena Dolință, Sergiu Gnatiuc, Valeria Rusnac

Vineri, 10.04.2015

❖ *Cafeneaua sănătății*

Locul desfășurării: corpul VI, Sala festivă, ora 14¹⁰

