

برگزاری کلاس های آموزشی با موضوعات تغذیه سالم در پیشگیری از بیماری های قلبی عروقی، کنترل اضطراب و افسردگی

به منظور گرامیداشت هفته جهانی سلامت مردان ، در تاریخ 30 خرداد کلاسهای آموزشی با موضوعات تغذیه سالم در پیشگیری از بیماریهای قلبی عروقی و کنترل اضطراب و افسردگی برگزار گردید.

به گزارش دفتر اطلاع رسانی و روابط عمومی شبکه بهداشت و درمان شهرستان قدس، به منظور گرامیداشت هفته جهانی سلامت مردان و اهمیت آشنایی و شناسایی اختلال افسردگی، کارشناسان شبکه بهداشت اقدام به برگزاری کلاس های آموزشی با حضور بیش از 50 نفر از کارکنان شرکت دامداران این شهرستان نمود.

دراین جلسه ضمن تعریف افسردگی و تفاوت آن با غمگینی، به آموزش علائم و انواع افسردگی، علل آن و راه های مقابله و درمان پرداخته شد.

همچنین در راستای اجرای سیاست های جمعیت و افزایش نرخ باروری کلی، پمفلت های آموزشی با موضوع فرزندآوری و پیامدهای تک فرزند توزیع گردید.