

10 DE OCTUBRE



◀ Día Mundial de la ▶

SALUD MENTAL

Mañana jueves 10 de octubre celebramos en nuestro IES Jaime Ferran el día de la Salud Mental, un pilar fundamental del Departamento de Orientación, incluido dentro del Plan de Convivencia y Bienestar Emocional de nuestro instituto.

Con el fin de potenciar el autocuidado personal, emocional y social de nuestro alumnado, hemos propuesto a lo largo del día de hoy distintas actividades y talleres que se desarrollaran en el recreo y en distintos espacios del IES.

Nuestro homenaje a la salud mental, comienza en los distintos pasillos que conducen a las aulas. En ellos, podremos encontrar distintas ilustraciones y mensajes que con gran cariño ha realizado nuestro alumnado de distintos cursos de la ESO.

En el recreo veremos distintos espacios con varias propuestas de actividades, que pretenden acercarnos a nuestro autocuidado en la salud mental.

- Disfrutaréis de un Taller de mandalas en el Aula de Apoyo (1º Planta) guiado por Eva y Andrea, las orientadoras educativas del centro.
- Mural entre todos titulado "Cómo cultivo mi Salud Mental".
En dos zonas del patio, donde estaremos parte del departamento de orientación: Marivi, Noelia, Paloma y Susana
- Taller de Juegos en el Salón de actos guiado por alumnos y Marta , nuestra profe de religión .
- Juego de las Emociones guiado por un antiguo alumno del Centro de Integración Social, zona de los árboles del patio.
- Los educadores de Aldeas Infantiles realizarán dinámicas que favorezcan la concienciación sobre nuestro cuidado físico y mental. Recorrerán nuestro patio con distintas actividades relacionadas con la Salud Mental
- Nuestros alumnos de 1º de la ESO disfrutaran de su Tarro de los Buenos deseos realizado por los alumnos de 1ºC para todos sus compañeros de nivel, actividad guiada por nuestra Coordinadora de Convivencia y PSC, Susana.
- y por último, nuestros tutores aprovecharán esta semana para reflexionar con los alumnos sobre hábitos saludables y su relación con la Salud Mental

HÁBITOS SALUDABLES

Paz mental



¿Qué podemos incluir?

Esperemos que el día de hoy saque la mejor de nuestras sonrisas

