

# SANA Mente



Facultad de Ciencias Humanas y Económicas  
Sede Medellín



UNIVERSIDAD  
**NACIONAL**  
DE COLOMBIA

# Hablar de lo que sentimos y pensamos

es el propósito de esta  
estrategia liderada por la  
Unidad de Permanencia  
y Graduación Estudiantil  
de la Facultad.



# ¿Qué hemos hecho para llevarla a cabo?

**Talleres en los salones** donde se conversa sobre temas como gestión de emociones, la importancia de hablar sobre la salud mental, herramientas básicas para reconocer situaciones de riesgo emocional, tipos de aprendizaje y técnicas para mejorar los hábitos de estudio.



# Salud para el alma\*

un espacio de educación para el **cuidado de sí y del entorno que habitamos**, desde el cual se promueven acciones para vivir con bienestar, para relacionarnos con los otros en plenitud de nuestras múltiples capacidades y para reafirmar el valor de la vida.

*\*En convenio con la Gobernación de Antioquia*



# ConTacto



**Prestación del servicio de primera escucha con el propósito de brindar atención psicosocial para contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de nuestra comunidad.**

**SANA**  
*Mente*

