

**Ured za podršku studentima Univerziteta u Sarajevu (UPS!)**  
organizira ciklus predavanja/radionica iz oblasti zaštite mentalnog zdravlja i  
poziva akademsko nastavno osoblje na učešće u navedenim aktivnostima.

### Informacije o susretima

TEMA	DATUM REALIZACIJE	VRIJEME REALIZACIJE	ROK ZA PRIJAVU
Kako upravljati stresom, praktimirati brigu o sebi i postati otporniji	17.03.2022.	11:30 – 15:30	15.03.2022.
"Mindfulness" vještina za jačanje pažnje i produktivnosti	24.03.2022.		22.03.2022.
Kako prevazići izazove rada od kuće i online nastave?	31.03.2022.		29.03.2022.
Kako postaviti i održavati zdrave granice u radnoj okolini (asertivnost u praksi)?	07.04.2022.		05.04.2022.

Predavanja/radionice će se održati u Svečanoj Sali Rektorata Univerziteta u Sarajevu (Obala Kulina bana 7/II).

Prijave za svaku od tema, do naznačenog datuma radi ograničenog broja učesnika, vršiti na:

[ured@unsa.ba](mailto:ured@unsa.ba) ili [amina.ribic@unsa.ba](mailto:amina.ribic@unsa.ba)

Za više informacija, možete nas kontaktirati i putem telefona: 033/668-251