

در تاریخ ۲۷ بهمن ۱۴۰۳، دکتر بهنام سلحشور بناب، مدیر مرکز مشاوره، سلامت و سبک زندگی دانشگاه بناب، به همراه دکتر توحید مرادی شیخ جان، روانشناس این مرکز، با دانشجویان ورودی مستقر در خوابگاه عابدینی دیدار کرد.

در این نشست، ضمن معرفی خدمات مرکز مشاوره، بر اهمیت سلامت جسم و روان و نقش آن در موفقیت تحصیلی و زندگی دانشجویی تأکید شد. همچنین، موضوعاتی پیرامون پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی، راهکارهای ارتقای کیفیت زندگی دانشجویی و ضرورت بهره‌گیری از خدمات مشاوره‌ای مورد بحث قرار گرفت. در این دیدار، به تأثیر تغذیه سالم، ورزش، خواب کافی و مدیریت استرس بر سلامت جسم و روان پرداخته شد و دانشجویان نیز به بیان نظرات و پرسش‌های خود در این زمینه پرداختند. این نشست در فضایی صمیمانه برگزار شد و فرصتی را برای تعامل مستقیم دانشجویان با متخصصان مرکز مشاوره فراهم کرد. مرکز مشاوره، سلامت و سبک زندگی دانشگاه بناب همواره در تلاش است تا با برگزاری چنین جلساتی، از سلامت جسمانی و روانی دانشجویان حمایت کرده و بستری مناسب برای رشد و موفقیت آنان فراهم سازد.