

Anastasija Kuzmenko vēl pavisam nesen bija Riebiņu vidusskolas skolniece. Šobrīd jaunieta mācās RSU Sabiedrības veselības un sociālās labklājības fakultātes studiju programmas “Māszinības” 2.kursā.

Anastasija jau tagad savas mācību programmas ietvaros ir sagatavojusi vairākas lekcijas, kuras palīdz izglītot sabiedrību veselības jautājumos.

Mūsu skolā Anastasija 8. un 12.aprīlī tikās ar 12. un 9.klases skolēniem. Protams, attālināti. Divpadsmitie klausījās lekciju par depresiju “Depresija: slimība vai personības vājums?”, kā arī iesaistījās diskusijā. Skolēni noskaidroja, kādi ir mīti un patiesība par depresiju, uzzināja, kā pamanīt depresijas pazīmes un kā ikviens var palīdzēt cilvēkam ar depresiju.

Savukārt ar devītajiem Anastasija runāja par miega nozīmību ikviena cilvēka dzīvē. Lekcijā “Miega trūkums un tā sekas” skolēni pārliecinājās, ka kvalitatīvs miegs ir ļoti svarīgs. Tā traucējumi ietekmē visu organismu. Tāpat Anastasija deva arī derīgus padomus, kā parūpēties par savu miega režīmu.

Liels paldies Anastasijai par interesantajām, saturīgajām lekcijām!

Mēs, skolotāji, esam ļoti iepriecināti, ka mūsu bijušie skolēni ierodas(kaut attālināti) skolā un pieliek arī savu roku pie skolēnu vispusīgas izglītošanas un viņu redzesloka paplašināšanas.