

Testi- lelki egészség

Dr. Kádár Annamária

Rohanós hétköznapjaink során, így az ünnepi készülődés idején biztosan nem bánta meg, aki a helyi Művelődési Ház színház termében megtisztelte jelenlétével Dr. Kádár Annamária pszichológus előadását, aki a nádudvari Napfény Óvoda meghívására érkezett településünkre.

A várható érdeklődés felmérésének érdekében az esemény regisztrációhoz kötött volt és a résztvevők karszalagot kaptak.

A marosvásárhelyi egyetemi kirendeltségen tanító szakember a saját életéből merített történetekkel mutatta be a kudarcűrő képesség és az önbecsülés megalapozását, azt sugallva, hogy ahogyan gondolkodunk és amit teszünk, az önbeteljesítésként is működik, így nagy mértékben rajtunk múlik saját sorsunk alakulása.

A végig figyelmet lankadni nem hagyó előadó olyan igazságokat boncolgatott, melyek tovább gondolásra, esetleg változtatásra inspirálták saját életükkel kapcsolatban a hallgatót. A pszichológusnő átélt történetei mellett olyan filmeket is említett példaként, melyek bizonyosan sok családnál megnézésre kerültek azóta, ha eddig még nem látták, mivel ezek az alkotások is azt hivatottak bizonyítani, hogy mennyire meghatározó a mi magunk hozzá állása az eseményekhez.

Az előadás végén a vendégeket további kötetlen beszélgetésre várták egy kis vendéglátás mellett, feldolgozva, tovább gondolva a hallottakat.

Sajnos az előadó a zsúfolt programjai és a közlekedéshez való igazodás miatt sokáig nem tudott maradni az aulában zajló kötetlen beszélgetésen, pedig az előadása végén említett családon belüli hierarchia még bizonyosan órákig tartó témát adott volna az érdeklődőknek. Reméljük a jövőben lesz még lehetőségünk Őt hallani bővebben ezzel kapcsolatban!

A mentális egészségünk érdekében Házi könyvtárat hoztunk létre, melyek irodalmi és szakirodalmi alkotásokat tartalmaznak az érdeklődők számára, régi vágyunkat megvalósítva ezzel!

A résztvevők a TOP-5.2.1-15-HBI-2020-00022 Társadalmi Együttműködés Elősegítését Szolgáltató Programok Megvalósítása Nádudvaron projekt keretében térítésmentesen hallhatták a kiváló pszichológus előadását településünkön és pályázati lehetőségből valósulhatott meg a Házi könyvtár.