

«دبي للإعلام» تنظم جلسة صحية ضمن مبادرة «ذا ويلنس هب»



تنظم مدينة دبي للإعلام، التابعة لمجموعة تيكوم، النسخة الثانية من مبادرة «ذا ويلنس هب» التوعوية الثلاثاء المقبل في ضمن جهودها الرامية إلى مواصلة تشجيع أفراد المجتمع على اتباع نمط حياة صحي. (in5) حاضنة الأعمال وتسلط الجلسة الضوء على أهمية الصحة النفسية والجسدية من خلال نصائح أبرز الخبراء وإرشاداتهم الغنية والقيمة عبر جلسات حوارية وتثقيفية وأنشطة رياضية مستمرة لنهاية العام ومتاحة لجميع الأفراد. ويناقش نخبة من المختصين في مجالات الصحة النفسية والجسدية أوجه الترابط بين التغذية السليمة وصحة الأمعاء وتأثيرها في الصحة النفسية، وانعكاس عوامل مثل القلق والتوتر والصحة النفسية على الصحة الجسدية مع تسليط الضوء على طرق معالجة الآثار السلبية لتلك العوامل. (وام)