Bienester emocional

La importancia de la salud emocional en la Facultad de Letras

En el ámbito universitario, el alumnado, profesorado y PTGAS están sometidos a las presiones del dia a dia en la universidad y en el propio entorno externo, así como a diversos riegos y factores transversales que pueden afectar su salud menta. Por esta razón, la Universidad de Lleida, en general, y la Facultad de Letras, en particular, apostarán siempre por el bienestar emocional de la comunidad universitaria haciendo uso de herramientas, jornadas formativas y servicios de prevención.

- Servicio de Atención Psicológica de la UdL [https://www.udl.cat/ca/serveis/seu/suport/] (dirigido al estudiantado)

- Promoción de la Salud en la UdL [https://www.udl.cat/ca/organs/vicerectors/vinf/salut/] (dirigido al estudiantado)

- Cursos sobre Salud Emocional [https://www.udl.cat/ca/organs/vicerectors/vinf/salut/salut-emocional/index.html] (dirigidos al PDI y al PTGAS)

- Prevención del suicidio en el ámbito universitari [https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/s/suicidi-conducta-suicida/prevencio-ambit-universitari/index.html] o (dirigido a toda la Comunidad universitaria)

1. ¿Què hacer en caso de ideación suicida dentro de la Facultad? [https://scientiasalut.gencat.cat/bitstream/handle/11351/11885/pautes_actuacio_deteccio_ideacio_suicida_]
2. ¿Qué hacer en caso de tentativa de suicidio dentro de la Facultad? [https://scientiasalut.gencat.cat/bitstream/handle/11351/11884/pautes_actuacio_deteccio_temptativa_suicic]

- Cursos de materia transversal [https://www.udl.cat/ca/organs/vicerectors/voa/materia_transversal/oferta/] (dirigidos al estudiantado; dentro de los cursos de materia transversal que ofrece cada año la UdL, se pueden encontrar actividades formativas relacionadas con el bienestar emocional)

- Programa UdLxTothom [https://www.udl.cat/ca/serveis/seu/UdLxtothom/] (dirigido al estudiantado; se ofroce también el Servicio de Ayuda Psicopedagógica)

- Xarxa Vives d'Universitats Saludables [https://www.vives.org/programes/universitats-saludables-sostenibles/] (dirigiddos al estudiantado)

- Servicio de Prevención de Riesgos Laborales [/sites/Sprl/ca/] (dirigido al PDI y al PTGAS)