

حفظ سلامت روان با



فکر های مثبت



هفته
بهداشت
روان
گرامی باد

واحد بهداشت
مدرسه

حفظ سلامت روان با



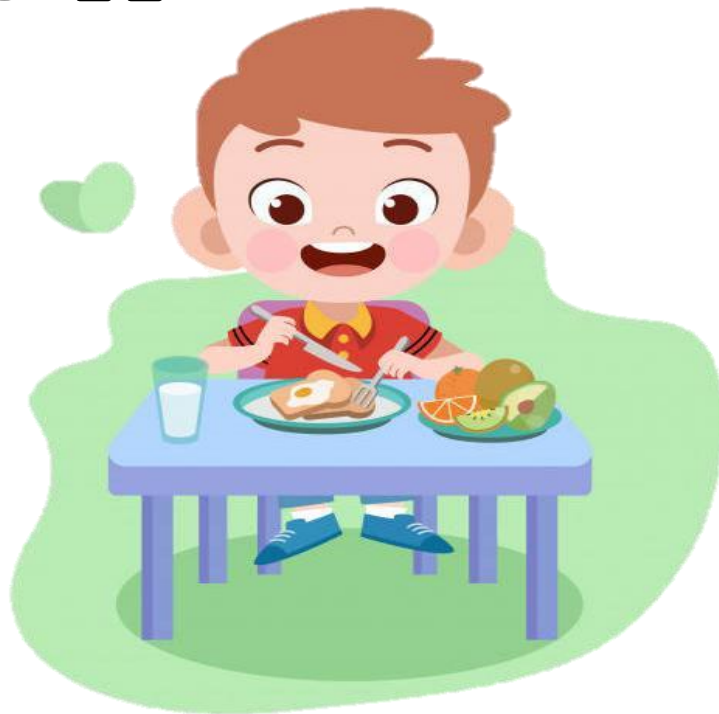
ورزش کردن



هفته
بهداشت
روان
گرامی باد

واحد بهداشت
مدرسه

حفظ سلامت روان با



مصرف غذا های سالم



هفته
بهداشت
روان
گرامی باد

واحد بهداشت
مدرسه

حفظ سلامت روان با



دعا و نیایش با خدا



هفته
بهداشت
روان
گرامی باد

واحد بهداشت
مدرسه

حفظ سلامت روان با



کنترل خشم و عصبانیت



هفته
بهداشت
روان
گرامی باد

واحد بهداشت
مدرسه

حفظ سلامت روان با



خواب کافی



هفته
بهداشت
روان
گرامی باد

واحد بهداشت
مدرسه

حفظ سلامت روان با



صحبت کردن با خانواده



هفته
بهداشت
روان
گرامی باد

واحد بهداشت
مدرسه

حفظ سلامت روان با



انجام کارهای گروهی



هفته
بهداشت
روان
گرامی باد

واحد بهداشت
مدرسه