



GASTLESSEN MENTALE GEZONDHEID VOOR MBO SCHOLEN

**Wil jij je studenten
de ruimte bieden
om te vertellen
hoe het echt met
ze gaat?**

Wordt verzorgd door ervaren
trainers van Arkin, Prezens
en GGD Amsterdam

Tijdens de gastles wordt er
onderzocht hoe het met de
studenten gaat en welk
effect deze tijd op ze heeft

**1 gastles per klas,
bijvoorbeeld
tijdens een
mentoruur**

**Voor meer info of
aanmeldingen mail naar:
m.goudriaan@prezens.nl**

Wat wordt er in een les mentale gezondheid behandeld?

Er wordt besproken wat mentale gezondheid en mentale druk is

De studenten krijgen tools aangereikt om aan hun mentale gezondheid te werken

De beschikbaarheid van externe hulpbronnen

Er wordt benadrukt dat de studenten er niet alleen voor staan