

Psykoterapeut Christina Strømsted deltog i vores arrangement på Mental Health Day 10/10 - 24 og holdt et meget inspirerende og hjælpsomt oplæg om, hvordan man kan identificere og tale om stress, samt håndtere højt pres på arbejdspladsen i vores globale organisation.

Som samarbejdspartner var Christina meget lyttende og åben i forhold til at tilpasse og skræddersy indholdet af foredraget til vores behov.

Til selve arrangementet sørgede Christina for inspiration til, hvad vi hver især kan gøre for at tage vare på os selv og vores kolleger, når vi oplever højt pres og svære situationer. Der blev sat fokus på at når vi som NGO, arbejder i og med kriseområder, skal vi være endnu mere opmærksomme på disse effekter og hvad vi kan gøre. Hun var nærværende, rolig og faglig dygtig – “vi lyttede virkelig efter hvad der blev sagt”.

Alt i alt et vellykket oplæg hvor der blev sat gang i reflektioner og vi blev klogere. Tak til Christina.