

## 社区举办老年人心理健康知识讲座

日前，大渡口区跃进村街道东正社区家群社工室邀请心理讲师淳安会，为辖区老人带来了一场主题为“关爱老人 从心出发”的心理健康知识讲座。

东正社区是一个重钢老家属区，社区中 60 岁以上的老年人占比达 35%。活动中，围绕老年群体常见的坏情绪、坏情绪产生的原因以及老年群体出现坏情绪的应对方法等问题，淳安会运用通俗易懂的语言逐一讲解。考虑到老年人节俭的习惯，淳安会还向老年人们分享起了制作环保酵素的方法。