

## Wyjście do Urban Lab Rzeszów

Dzisiaj, 9 marca, przedstawiciele naszego Samorządu Uczniowskiego wraz z opiekunem wzięli udział w wyjątkowym spotkaniu pt. „Miasto naszym głosem – zrozum mnie, zanim mnie ocenisz”. Wydarzenie odbyło się w nowoczesnej przestrzeni Urban Lab Rzeszów.

Spotkanie, zorganizowane przez SKN „Pro-Psyche” Uniwersytetu Rzeszowskiego, nie było zwykłą konferencją. To była prawdziwa platforma dialogu, gdzie bez barier i bez obaw przed oceną poruszaliśmy tematy, które dotyczą nas na co dzień:

- Presja i emocje: Jak radzić sobie z oczekiwaniami szkoły i środowiska?
- Świat social mediów: O pułapkach porównywania się do innych i walce z hejtem.
- Zdrowie psychiczne: Dlaczego warto o nim mówić głośno i gdzie szukać wsparcia.

Uczniowie aktywnie włączyli się w panel dyskusyjny, dzieląc się swoimi perspektywami i pomysłami na to, jak Rzeszów może stać się miastem bardziej przyjaznym dla młodych ludzi. Hasło przewodnie wydarzenia – „Zrozum mnie, zanim mnie ocenisz” – towarzyszyło nam podczas każdej rozmowy z ekspertami i rówieśnikami z innych szkół.

Dziękujemy organizatorom za zaproszenie i inspirujące rozmowy!