

10 października obchodzimy Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego

Zdrowie psychiczne to priorytet – jeśli o nie zadbamy, to zbudujemy solidny fundament pod rozwój innych obszarów w życiu. Jak się o nie zatroszczyć? Niech wskazówki z grafiki będą inspiracją 😊. Różnimy się między sobą przekonaniami, wartościami – więc każdy może wybrać propozycje, które są mu bliskie i dodać własne 😊.

