

Międzynarodowy Dzień Szczęścia

W środę 20 marca obchodzimy Międzynarodowy Dzień Szczęścia ☐

Chciałabym podkreślić wagę tego święta. Korzyści z bycia szczęśliwym człowiekiem to lepsze zdrowie psychiczne, mniejsze ryzyko chorób serca, lepsza odporność oraz po prostu dłuższe życie.

Chciałabym aby młodzież symbolicznie zaangażowała się w akcję.

W związku z tym, podaję kilka propozycji, które dzieciaki mogą jutro wykorzystać:

- przychodzimy do szkoły z namalowaną na twarzy czterolistną koniczynką☐
- możemy wyciąć koniczynkę z papieru☐ i przykleić sobie do koszulki, bluzy czy do plecaka
- możemy ubrać się w kolory **zieloni** lub **różu**
- możemy założyć ciekawe okulary które będą symbolizowały „patrzenie na świat przez różowe okulary”.

Każda forma zaangażowania będzie doceniona.

Pokażmy, że potrafimy! ;)

Pamiętajmy, to czym dysponujemy na pewno to Nasza sprawczość i chwila obecna.

Dlatego warto zainwestować swoje działania w czerpanie radości właśnie teraz!

Pozdrawiam serdecznie i przesyłam uśmiech!

A. Szokalska-Jasińska

psycholog szkolny