

PASAULINĖS PSICHIKOS SVEIKATOS DIENOS MINĖJIMAS

2024-10-10

Šiandien, spalio 10 d., minėjome pasaulinę psichikos sveikatos dieną. Tai diena nuspalvinta žalia, vilties ir gyvybės, spalva. Tai diena – priminimas, kad svarbu pasirūpinti ne tik fizine savo sveikata, bet ir tuo, kaip jautiesi: ar galvoje saulėtos mintys, ar širdyje ramu ir gera. Kasdienoje būna visko ir visaip: saulėtas mintis keičia niūros, širdį sukausto baimė, nerimas, susierzinimas, pyktis, pavydas... Ištiesta draugo ranka, padovanota šypsena – mintys šviesėja, širdelė rimsta. Nepailskime vienas kito apkabinti, vienas kitam šypsotis!

