

# сохранять психологическое здоровье

Ароматерапия



Цветотерапия



Хобби



Арт-терапия



Спорт



Творчество



Танцы



Медитация



8 800 2000 122

Поговорите со специалистами и вам обязательно помогут.  
Единый общероссийский телефон доверия.

Служба Экстренной  
Социальной  
Психологической Помощи  
г.Смоленска

+7 (4812) 64-78-95

# Как сохранить

# ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Выполнена обучающимися 8"Б" класса МБОУ "СШ№1" г.Смоленска

Что Нам помогает

Здоровье до того перевешивает все остальные блага жизни, что поистине здоровы нищий счастливее больного короля.

Шопенгауэр А.

*Психическое здоровье — это состояние благополучия, в котором человек реализует свои способности, может противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно работать и вносить вклад в свое сообщество.*

*Пример текста...*



**ДЛЯ СПРАВКИ**



Отмечается ежегодно с 1992 года. Всемирный день установлен по инициативе Всемирной федерации психического здоровья при поддержке Всемирной организации здравоохранения. В России отмечается с 2002 года.

**День психического здоровья 2023 в России призван обратить внимание на проблемы, связанные с психическим состоянием человека и поддержки людей с подобными заболеваниями.**

**БУДЬТЕ СЧАСТЛИВЫ!**