

## Dni Zdrowia Psychicznego

W dniach 20-29.02.2024r. po raz drugi odbyły się w naszej szkole Dni Zdrowia Psychicznego. Inspiracją do tego przedsięwzięcia był obchodzony w dniu 23 lutego Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją, który ma na celu zwrócenie uwagi na konieczność zadbania o samopoczucie psychiczne.

---

W ramach obchodów Dni Zdrowia Psychicznego uczniowie stworzyli wspólnie Drzewo Marzeń. Powstało kolorowe drzewo z różnymi marzeniami, które być może do tej pory były mocno skrywane. Na korytarzu pojawiła się również specjalna skrzynka ze „złotymi myślami”. Każdy codziennie mógł wylosować dla siebie sentencję na dobry dzień.

W ramach propagowania zdrowego stylu życia i dbania o zdrowie psychiczne ogłoszony został konkurs na plakat. Stworzone przez młodzież prace przedstawiały wskazówki jak dbać o zdrowie psychiczne.

Oto zwycięzcy :

**I miejsce:** *Maja Samkowicz z kl. 1b i Dawid Onysków z kl. 1b*

**II miejsce:** *Łukasz Szandrowski z kl. 2 fm i Paweł Porada z kl. 2fm*

Serdecznie gratulujemy!

Dni Zdrowia Psychicznego miały na celu uświadomić nam, jak ważne jest zadbanie zarówno o zdrowe ciało, jak i zdrowego ducha oraz to, że tak naprawdę, to od nas w dużym stopniu zależy, jak będziemy sobie radzić z codziennością – jej wyzwaniami, problemami, ale i celami, które sobie wyznaczamy.