

25 ноября на внеурочных занятиях цикла «Разговоры о важном» по теме **«С ЗАБОТОЙ К СЕБЕ И ОКРУЖАЮЩИМ»** обучающиеся поняли, что забота о себе – необходимое условие для внутреннего равновесия и позитивных отношений с окружающими. Способность поддерживать друзей, делиться добротой и вниманием делает нас крепче и счастливее. Эмоциональное состояние является важной частью поведения любого человека, влияет на самочувствие и здоровье человека, поэтому обязательно нужно учиться регулировать своё эмоциональное состояние.



