

10 października



**Światowy Dzień
Zdrowia
Psychicznego**

Słowa mają moc.

Mogę wybrać, że będą
niosły pomoc.

10 października



**Światowy Dzień
Zdrowia
Psychicznego**

Jak się czujesz?

To pytanie daje
wsparcie, komu je dziś
zadasz?

10 października



**Światowy Dzień
Zdrowia
Psychicznego**

**Jeśli masz problem,
nie jesteś sam_a.**

Kto usłyszy od Ciebie
te słowa?

10 października



**Światowy Dzień
Zdrowia
Psychicznego**

**Rozumiem, że Ci
trudno. Możesz na
mnie liczyć.**

Jak często mówisz te
słowa?

10 października



**Światowy Dzień
Zdrowia
Psychicznego**

**Nie musisz się
wstydzić, że jest Ci
trudno.**

Będziesz o tym
pamiętał_a?

10 października



**Światowy Dzień
Zdrowia
Psychicznego**

**Twoje emocje są
ważne, nie musisz
ich ukrywać.**

Wszystkie emocje są
ważne, bez wyjątku.

10 października



**Światowy Dzień
Zdrowia
Psychicznego**

**Bez Twojego
zdrowia
psychicznego nie ma
zdrowia.**

Jak o nie dbasz?