

Gminne Dni Profilaktyki w Gminie Zagnańsk

Dzisiaj w Centrum Usług Społecznych w Zagnańsku odbyło się kolejne interesujące spotkanie w ramach **Gminnych Dni Profilaktyki**.

„Dobrostan psychiczny człowieka” - spotkanie poprowadziła lekarz psychiatra Ewelina Wojda-Piotrowska.

Pamiętajmy, że dobrostan psychiczny to subiektywne poczucie satysfakcji z życia, niskiego poziomu stresu i pozytywnych emocji. Obejmuje on także samoakceptację, osobisty rozwój, cel w życiu, panowanie nad otoczeniem, autonomię oraz pozytywne relacje z innymi. Dobrostan psychiczny jest kluczowy dla zdrowego funkcjonowania i jakości życia.
