

- **MAJ 2022 – ZDROWIE PSYCHICZNE MŁODYCH LUDZI**

Jest wiele sposobów na to, co możemy zrobić, aby uspokoić swoje ciało i umysł. Każdy z nas odczuwa niepokój, zwłaszcza w dobie kryzysu związanego z pandemią koronawirusa, trwającego już bardzo długo. Wśród materiałów do pobrania znajdziecie kilka konkretnych wskazówek, jak możecie reagować w stresujących sytuacjach. UNICEF przygotowuje różnego rodzaju materiały edukacyjne, w tym opracowania dedykowane rodzicom. Jednym z takich materiałów jest artykuł „Jak rozmawiać z nastolatkami o zdrowiu psychicznym”, dostępny na stronie: <https://unicef.pl/co-robimy/aktualnosci/dla-mediow/jak-rozmawiac-z-nastolatkamio-zdrowiu-psychicznym>. Kolejny materiał dedykowany jest rodzicom młodszych dzieci: <https://unicef.pl/corobimy/aktualnosci/dla-mediow/zastanawiasz-sie-jakzadbac-o-zdrowie-psychiczne-dziecamietajcie>!

Ważne dni w Kąciku UNICEF

15.05 Międzynarodowy Dzień Rodzin

20.05 Światowy Dzień Uchodźcy

25.05 Dzień Afryki

26.12 Dzień Matki