



Історія та традиції Міжнародного дня щастя

Вчені виявили, що щасливі люди мають менше стресу та кращий імунітет. Недавні дослідження показали, що люди, які відчувають щастя, мають менше схильності до серцевих захворювань. Це може бути пов'язано з позитивним впливом емоційного стану на серце. Багато експертів радять шукати радість у малих радостях кожного дня. Навіть невеликі події можуть принести велике щастя, яке підводить нас у важкі

моменти. Шукайте щастя у простих речах, таких як тепле сонце на обличчі чи гарні розмови з близькими людьми. Ці моменти можуть зробити ваш день ще більш яскравим та насиченим. Не забувайте дбати про своє щастя і намагатися робити все можливе, щоб досягти його. Щасливі люди зазвичай мають успішніші кар'єри, стабільніші стосунки та загалом більш задоволене життя. Щастя – процес. Насолоджуйтесь кожним моментом свого життя та цінуйте кожен день, як дарунок, який треба приймати з великим задоволенням. Зустрічайте ранок з посмішкою та готуйтеся до нових досягнень! Ваше щастя залежить лише від вас. Будьте відкриті до нових можливостей та готові до змін у житті. Вчителі та учні нашого ліцею розпочали сьогодні свої уроки з посмішки та щасливих побажань одне одному Хай щастить кожному!!!