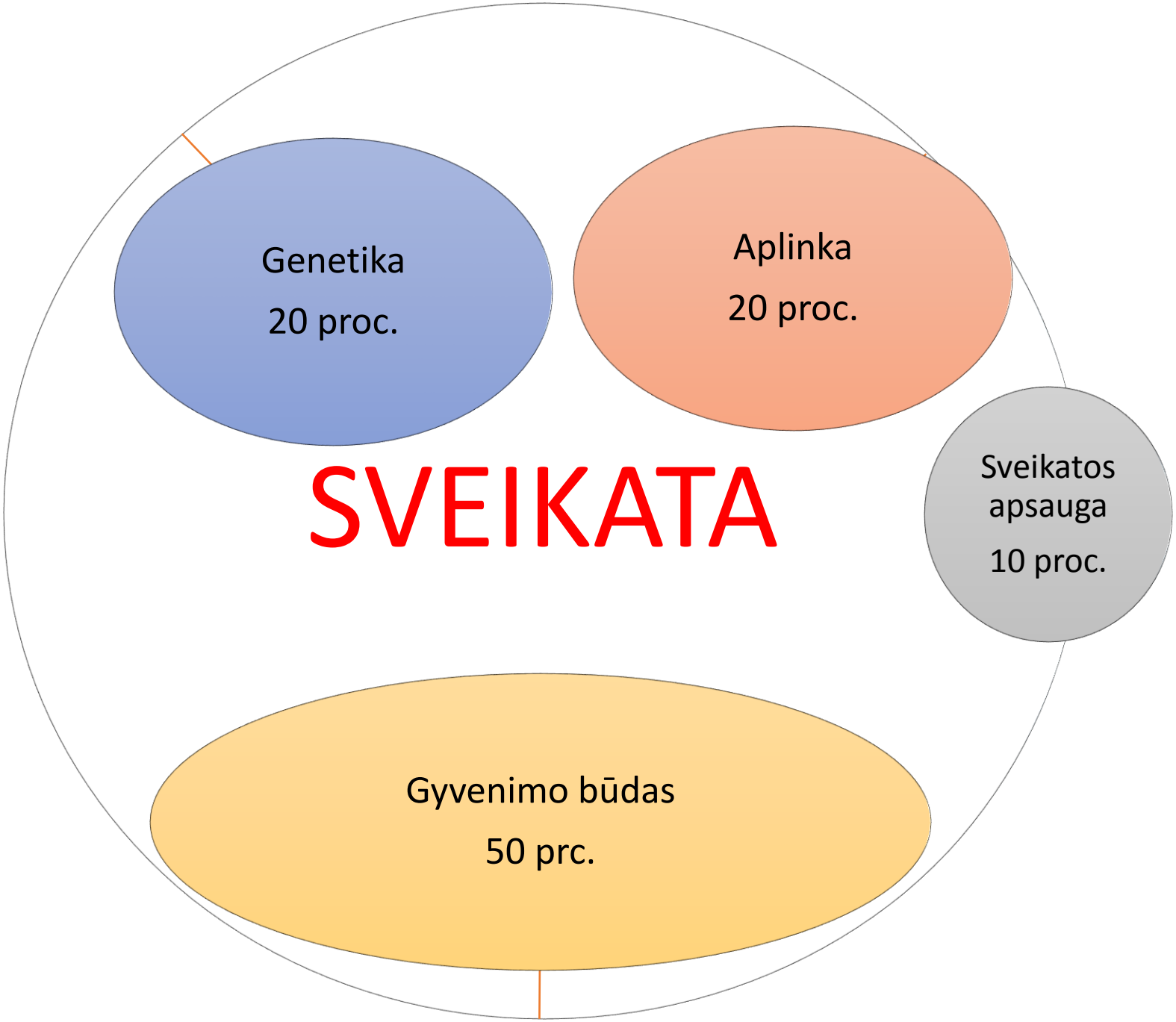
BALANDŽIO 7 D. - PASAULINĖ SVEIKATOS DIENA

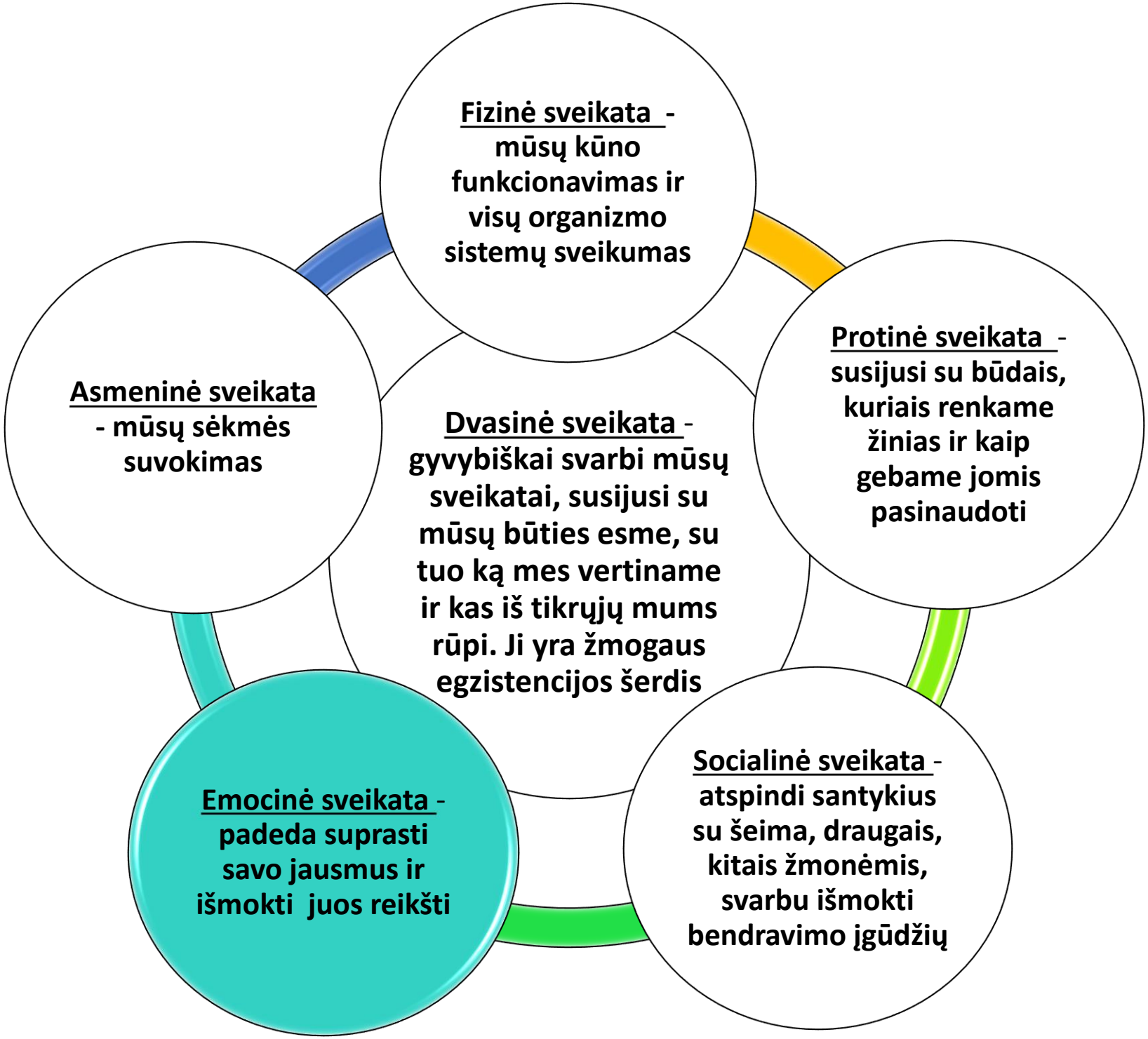
Spręskite apie savo sveikatą iš to, kaip Jus džiugina rytas ir pavasaris.

H. D. Toras

Pasaulinę sveikatos dieną nuo 1950m. inicijuoja Pasaulinė sveikatos organizacija.

Pažymint šią dieną, siekiama atkreipti dėmesį į tam tikras su sveikata susijusias temas, pabrėžiant Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) prioritetines sritis.


Genetika
20 proc.
Aplinka
20 proc.
SVEIKATA
Sveikatos apsauga
10 proc.
Gyvenimo būdas
50 prc.


Fizinė sveikata - mūsų kūno funkcionavimas ir visų organizmo sistemų sveikumas
Protinė sveikata - susijusi su būdais, kuriais renkame žinias ir kaip gebame jomis pasinaudoti
Asmeninė sveikata - mūsų sėkmės suvokimas
Dvasinė sveikata - gyvybiškai svarbi mūsų sveikatai, susijusi su mūsų būties esme, su tuo ką mes vertiname ir kas iš tikrųjų mums rūpi. Ji yra žmogaus egzistencijos šerdis
Emocinė sveikata - padeda suprasti savo jausmus ir išmokti juos reikšti
Socialinė sveikata - atspindi santykius su šeima, draugais, kitais žmonėmis, svarbu išmokti bendravimo įgūdžių