



21 января в нашем детском саду отметили замечательный праздник – Международный день объятий! Этот день создан для того, чтобы дарить друг другу тепло, заботу и любовь через объятия. Почему объятия так важны? Объятия помогают детям чувствовать себя защищёнными, любимыми и нужными. Они создают атмосферу доверия и взаимопонимания, способствуют развитию эмоциональной связи между детьми и взрослыми.

Утренняя зарядка началась с обнимашек, дети дарили друг другу тепло. Рисовали на тему «Мои объятия» и делились своими чувствами и эмоциями.

Пусть этот день станет напоминанием о том, как важны простые проявления заботы и любви. Обнимайте своих детей, дарите им тепло и внимание – это делает наш мир добрее и счастливее!!!





### Почему объятия полезны для здоровья

- Нормализация давления
- Улучшение самочувствия
- Повышение иммунитета
- Уменьшение боли
- Уменьшение стресса
- Победа над страхом
- Повышение доверия
- Медитация
- Улучшение самооценки
- Укрепление отношений



Обнимайтесь чаще!



