

Fii plin de viață!

10

Secretele Sănătății

Accidentele, catastrofele, abuzul și chiar abandonul fac parte din multiplele tipuri de încercări ale vieții, care pot lovi în rănilor adânci la nivel fizic și psi-

hic. Dar cum te poți reabilita după astfel de experiențe traumatizante? Cum îți poți regăsi controlul și bucuria de a trăi? Adaptabilitatea este o tehnică învățată, de a supraviețui cu succes încercările vieții. Este un proces dinamic, înlesnit de o combinație de mai mulți factori, cum sunt credința, legăturile familiale, suportul prietenilor, puterea voinței, perseve-

rență, și, uneori, ajutor medical. Un eveniment tragic nu trebuie să fie semnalul sfârșitului unei vieți pline de sens. Poate fi imboldul de a atinge culmi mai înalte și de a avea success în ciuda provocărilor! ❤️

Poti incepe chiar azi!



BISERICA ADVENTISTĂ
DE ZIUA A ȘAPTEA

150
DE ANI

PROMOVARE A SANATATII

health
MINISTRIES
INTER-EUROPEAN DIVISION - EUD

secretsofwellness.org

