



Investește în relații sănătoase!

3

Secretele Sănătății

Ai auzit vreodată despre psihono-neuro-imunologie? Acest cuvânt evidențiază faptul că psihicul și nervii tăi (neuro) au un impact semnificativ asupra sistemului tău

imun! 80% dintre boli au un substrat psihic. Dar ce se află în spatele unui psihic sănătos? Un element important îl reprezintă relațiile sănătoase! Ființele umane sunt centrate pe relații - în căsătorie, ca părinți, colegi la locul de muncă și în viața de zi cu zi. Relațiile de slabă calitate pot cauza disconfort fizic și emoțional. Relațiile sănătoase au un impact pozitiv asupra sistemului imun prin intermediul

minții. Comunicarea deschisă, bunătatea, respectul și încrederea sunt importante pentru bunele relații. Vrei să îți îmbunătățești sănătatea? **Construirea relațiilor de calitate este o bună modalitate de a o face** ☺

Potи incepe
chiar azi!



BISERICA ADVENTISTĂ
DE ZIUA A ȘAPTEA

150^{DE ANI} PROMOVARE A SANATATII

health
MINISTRIES
INTER-EUROPEAN DIVISION - EUD

secretsofwellness.org

