

ГБПОУ КК «Брюховецкий аграрный колледж»

В преддверии Международного дня объятий, который отмечается ежегодно 21 января, активисты Движения первых и наставники первокурсников, решили поделиться своими обнимашками со своими друзьями.

Эта инициатива возникла с целью привлечения внимания к важности физического контакта и душевной близости.

Обнимашки не только приносят удовольствие, но и могут оказывать положительное влияние на здоровье и эмоциональное состояние человека. Как показывают исследования, они способны снижать уровень стресса, повышать уровень окситоцина - гормона любви и доверия, а также улучшать работу сердечно-сосудистой системы.

Обнимашки, наряду с другими формами поддержки со стороны наставников и активистов, создают ощущение душевного тепла, что способствует легкой адаптации и повышению самооценки студентов-первокурсников.

Сегодняшние обнимашки стали символом того, что даже самый короткий, но искренний обмен эмоциями и простыми жестами любви может изменить наше настроение и внести позитив в нашу жизнь

