Докладчик:
Богачевская
Оксана.

Улыбайтесь – это полезно!

Нет оскалу

Чем полезна улыбка?

☺️

Улучшается или создаётся:

- позитивное поле вокруг
- творчество и креативность
- физическое здоровье
- психическое здоровье
- успешность

Позитивное поле

Творчество и креативность

Физическое здоровье

Улыбка:

стимулирует пищеварение

повышает содержание гормона роста

благоприятно воздействует на легкие и сердце

Смех:

обновляет запасы кислорода в клетках и очищает бронхи

обладает обезболивающим и противовоспалительным свойствами

уменьшает уровень сахара в крови

Психическое здоровье

Успешность

"Если ты не умеешь улыбаться, тебе нельзя открывать магазин"...

У Вас множество причин для улыбки:

любимая вкусняшка

удачный день

верные друзья

солнечный зайчик

погода

зелёный светофор

нечаянный комплимент

вежливый сосед

детский смех

приятное воспоминание

подошедший транспорт

щенок или котёнок

Улыбка - это Ваш бесплатный капитал!

Улыбайтесь чаще,
и будьте здоровы,
успешны и
счастливы!