Autorzy
Eoin McLaughlin
Przygotowa?/a
Izabela Sobczak

Dzie? Przytulania obchodzony w Polsce 24 czerwca ma nam oczywi?cie przypomina? o tym, ?e warto si? przytula?! Bo „przytulas” nie jest tylko takim mi?ym i przyjaznym gestem, ale przede wszystkim ma przeogromny wr?cz zbawienny wp?yw na zdrowie, rozwój i samopoczucie cz?owieka w jego ka?dym momencie ?ycia - od wieku niemowl?cego i dzieci?cego, przez wiek dojrza?y, a? po stary!

Ameryka?ska psychoterapeutka Virginia Satir uwa?a?a, ?e *„by prze?y?, trzeba nam czterech u?cisków dziennie. By zachowa? zdrowie, trzeba o?miu. By si? rozwija? – dwunastu"*.
Bo gdy si? przytulamy (minimum 6 sekund) w naszym organizmie zachodzi wiele bardzo korzystnych biologicznych i psychicznych procesów. O tym jak wa?ne jest, co nam daje i jak dzia?a przytulanie przeczytacie w artykule.....
https://portal.librus.pl/rodzina/artykuly/o-tym-jak-wazne-jest-przytulanie

Koniecznie przeczytajcie te? urzekaj?c? sw? tre?ci? i form? ksi??eczk? "Czy mog? si? przytuli?". To bardzo urokliwa, wzruszaj?ca i buduj?ca, a zarazem pouczaj?ca opowie?? o kolczastym je?u i ?ó?wiu z tward? skorup?, którzy s? smutni i pragn?, by kto? ich przytuli?, ale nikt nie chce ze wzgl?du na ich niedogodn? do przytulania budow?, a? wreszcie trafiaj? na siebie i mog? si? przytuli?! A przytulanie ma tak? moc, ?e je? i ?ó?w wreszcie czuj? si? szcz??liwi.

Ta prosta i ciep?a historyjka przekonuje nas, ?e wbrew wszystkiemu warto i trzeba szuka? kogo?, kto zechce i b?dzie móg? nas przytuli?. Napawa wiar?, ?e na ka?dego gdzie? kto? czeka i zdo?a si? dopasowa?.

Szukaj w katalogu