

@kmarehab

# 7 причин

чому прояви доброти  
та допомога іншим  
корисні для нашого  
самопочуття



За підтримки:



співпраця з  
німеччиною  
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT

Виконавець

**giz** Deutsche Gesellschaft  
für Internationale  
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

@kmarehab



це покращує самооцінку

@kmarehab



це спонукає бути активним

@kmarehab



ДОПОМАГАЄ ЗНАЙТИ НОВИХ  
ДРУЗІВ, РОЗШИРИТИ КОЛО  
СПІЛКУВАННЯ, ЗМЕНШУЄ  
ІЗОЛЯЦІЮ

@kmarehab



ДОЗВОЛЯЄ ПОЧУВАТИСЯ  
ЩАСЛИВІШИМ

@kmarehab



дає відчуття мети та  
сенсу

@kmarehab



дає відчуття впевненості  
та контролю

@kmarehab



дає відчуття причетності  
до чогось важливого