

## 24 czerwca – Polski Dzień Przytulania



Przytulanie jest po to,  
żeby bez słów powiedzieć:  
**DOBRE ŻE JESTEŚ.**

Dzień Przytulania znany też jako „Free Hugs” to święto, które wymaga jedynie odrobinę zaangażowania. Przytulanie to świetny sposób, by okazać drugiemu człowiekowi sympatię, miłość albo podarować trochę ciepła. Pamiętajmy o tym nie tylko 24 czerwca.

Sama idea stworzenia „przytulanej” kampanii narodziła się w Australii, gdy w 2004 roku Juan Mann wyszedł na ulice Sydney z transparentem „*Darmowe przytulanie*”.

24 czerwca ustanowiony został Polskim Dniem Przytulania dopiero w ubiegłym roku. Pod petycją w tej sprawie podpisało się ponad 135 tys. osób z całego kraju. Coraz więcej Polaków jest zainteresowanych udziałem w imprezie.

### **Moc przytulania się**

Wszyscy staramy się zapewnić dzieciom najlepsze warunki życia, rozwój, poszerzanie horyzontów. Chcemy, by poznawały świat i uczyły się wciąż nowych rzeczy. Jednak przy tym nadmiarze doznań często zapominamy o najważniejszym – potrzebie bliskości. Dzieci wychowane w świecie wirtualnym, pozbawionym prawdziwych emocji, nie potrafią budować trwałych więzi.

Odpowiedzią na te problemy jest najprostsza i najbardziej oczywista czynność, a mianowicie przytulanie się. Dzieci przytulane przez rodziców, którzy chcą im okazać pozytywne emocje, dumę, a czasem zwykłą troskę, są pewniejsze siebie. Tego typu kontakt fizyczny wpływa na poprawę samooceny i dodaje potrzebnej energii do nauki i zabawy. Sprawia, że dzieciom łatwiej poznawać otaczający je świat, ponieważ nie mają lęku przed bliskością. Przytulanie się pomaga również w budowaniu dobrych relacji między rówieśnikami.

**24 CZERWCA**  
**Polski Dzień Przytulania**

