

13 GENER

Dia Mundial de la Lluita Contra la DEPRESSIÓ

Milions de joves a tot el món experimenten tristesa o depressió en algun moment de les seues vides. No obstant això, reconèixer la diferència entre un diagnòstic de depressió i els sentiments de tristesa pot ajudar una persona a processar tots dos d'una manera saludable.

"Res millorarà"
"El món és hostil"

"No aconseguiré res"
"Sempre serà així"

"Sóc inútil"
"No pague la pena"

"No vull vore ningú"
"Millor sol/a"

