# शिक्षा और स्वास्थ्य दोनों चलेंगे साथ
# जब मानसिक स्वास्थ्य पर होगी बात

## आओ बात करें...

शिक्षा

अच्छी शिक्षा बेहतर स्वास्थ्य के अवसर देती है

स्वास्थ्य

अच्छा स्वास्थ्य बेहतर शिक्षा ग्रहण करने में मदद करता है

मानसिक स्वास्थ्य

# भावनाएं

भय

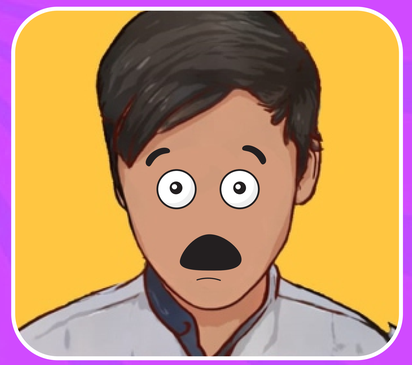
क्रोध

विश्वास

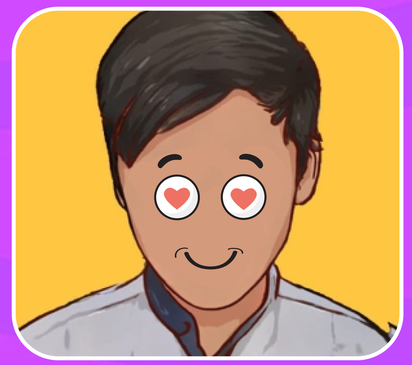
निराशा/दुःख

खुश

नफरत / घृणा



आश्चर्य



प्रेम/प्यार

## आज आप कैसा महसूस कर रहे हैं ?

# डर/भय

परीक्षा का डर

गंभीर दुर्घटना या जानलेवा बीमारी का डर

तुलना किए जाने का डर

माता-पिता के झगड़े या तलाक का डर

किसी व्यक्ति का डर

प्रियजन की मृत्यु का डर

# सदमा या बुरे अनुभव

# परेशान करने वाला बलवान या फिर बचाने वाला ? विचार कीजिए

# “बाल सुरक्षा हम सबका अधिकार”