



Declaración del Día Internacional de la Amistad: Descubre el poder de la amistad en la universidad.

¡Querida amiga, querido amigo del mundo universitario!

En este maravilloso **Día Internacional de la Amistad**, queremos celebrar y rendir homenaje a los lazos de amistad que nos unen en el ámbito laboral y estudiantil de las universidades.

Porque, ¿sabes qué? La amistad es un ingrediente mágico que puede transformar nuestras vidas y llevarnos a nuevas alturas.

Permíteme llevarte a un viaje lleno de risas, camaradería y un toque de humor, mientras exploramos los beneficios que la amistad aporta a nuestra salud en estos entornos tan desafiantes. Son las **amistades saludables**.

1. **Adiós, estrés laboral y académico.** La amistad trae alivio cómico. ¿Alguna vez has sentido que estás al borde de la locura en la universidad, ya sea en el aula o en la oficina? ¡No te preocupes!

Tus amigas y amigos están ahí para levantarte el ánimo y recordarte que la vida no es solo informes o exámenes. Tus bromas y ocurrencias nos ayudan a liberar la tensión y a encontrar la felicidad en los momentos más estresantes.

¡Qué maravilla es tener una amistad que te hace reír hasta que te duele el estómago!

2. **La amistad es un escudo mágico contra la adversidad.** En el aula, en el laboratorio o en el despacho, las amistades son nuestras defensoras incondicionales: Cuando enfrentamos desafíos profesionales o académicos, no hay nada como tener amigas y amigos de confianza a nuestro lado. Ellas y ellos nos brindan el apoyo emocional y moral que necesitamos para superar cualquier obstáculo. Juntos, nos animamos mutuamente, compartimos consejos y nos levantamos cuando caemos.

¡La amistad puede, incluso, convertir las horas de trabajo en la oficina en tiempo de distensión o hasta las horas extra de estudio pueden terminar con una buena cena saludable compartida!

3. **Aumenta la productividad con una pizca de amistad.** La camaradería en el trabajo y la universidad impulsa la creatividad y la eficiencia: la amistad no solo se trata de risas y diversión, también nos impulsa a alcanzar nuestro máximo potencial. Cuando nos rodeamos de amistades en



**ÀREA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS
LABORALES Y SALUD**

el aula o en el despacho, nuestras ideas fluyen y la creatividad se despierta. Los proyectos se vuelven emocionantes y las tareas se convierten en desafíos compartidos. La colaboración se vuelve fluida y el trabajo en equipo se vuelve imparable.

¡Quién sabe, podríamos incluso crear el próximo invento revolucionario en medio de una discusión sobre memes!

En resumen, querida amiga, querido amigo, en este **Día Internacional de la Amistad**, recordemos que la amistad no solo es un lujo, sino una necesidad para nuestra salud tanto en el ámbito laboral como en el estudiantil de las universidades. No subestimes el poder de una risa compartida, de un abrazo reconfortante o de un consejo sincero; de una **amistad saludable**.

¡Extiende tus manos y cultiva nuevas **amistades saludables** en estos espacios de la vida!

Juntos, amigas, amigos, crearemos un mundo donde la felicidad y el éxito se entrelacen, y donde el trabajo y los estudios sean una aventura llena de risas y compañerismo.

¡Feliz Día Internacional de la Amistad a todas!

¡Feliz Día Internacional de la Amistad a todos!

Con amor y risas,