

КАК ПОБЕДИТЬ СТРЕСС



**ВЫПЕЙ ЧАЮ С
ВКУСНЯШКАМИ**



**ПОСМОТРИ КОМЕДИЮ,
СТЕНДАП,
ВИДЕО В ТИК ТОК
С КОТИКАМИ**

ПОЧИТАЙ ИЛИ ПОСЛУШАЙ КНИЖКУ



ПРОГУЛЯЙСЯ, ПРОКАТИСЬ, ПРОБЕГИСЬ

ПОСЛУШАЙ МУЗЫКУ

ПОТАНЦУЙ

ПОПЛАВАЙ

ГРОМКО СПОЙ ПЕСНЮ

ПОМНИ АНТИСТРЕССОВУЮ ИГРУШКУ

ВСЕ ПРОЙДЕТ И ЭТО ТОЖЕ!



СДЕЛАЙ модную СТРИЖКУ

СМЕНИ ИМИДЖ

ПОСЕТИ интересный мастер-класс

ЗАЙМИСЬ СПОРТОМ

ЛОЖИСЬ СПАТЬ И ВСТАВАЙ В ОДНО И ТО ЖЕ ВРЕМЯ

ПОМНИ!

В ЖИЗНИ нет ничего непоправимого!

ЛЮБАЯ проблема имеет несколько вариантов разрешения

ЛЮБАЯ ситуация изменится, если поменять **СВОЕ** отношение к ней

РЯДОМ с тобой есть люди, в любой момент готовые помочь и поддержать

**ПОДЕЛИСЬ СВОИМИ
МЫСЛЯМИ С БЛИЗКИМИ**

или

ПОЗВОНИ НА КРУГЛОСУТОЧНЫЙ ОБЩЕРОССИЙСКИЙ
ДЕТСКИЙ «ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ»

8-800-200-01-22

ПРОРВЕМСЯ!!!

