

# 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!!!**

