

## Чем себя занять, чтобы перестать скучать



Заняться творчеством:  
рисование, конструирование,  
лепка



Поменять последовательность  
привычных дел



Сфотографировать  
интересные места



Навести порядок на рабочем  
столе и в рюкзаке



Заняться спортом



Выйти на прогулку



Пообщаться с друзьями  
и близкими



Почитать книгу  
или интересную статью



Завести «блокнот» идей



Отдохнуть



Придумать новое хобби



Поспать восемь часов



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_