«Горячая линия» по вопросам психологической помощи
т. (4212) 30-71-71

ВОСПОЛНИТЕ ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ ЭНЕРГИЮ

ОПРЕДЕЛИТЕ СВОИ СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ	займитесь тем, что умеете делать лучше всего, занятие любимым делом придаст вам сил
ДОВОДИТЕ ДЕЛА ДО КОНЦА	маленькие победы мотивируют и ведут к большой цели
ПРИСЛУШИВАЙТЕСЬ К СЕБЕ	помните, внутренний голос - лучший советчик для усталого разума
ОТДЫХАЙТЕ АКТИВНО	дружеское общение это здорово, ночь за просмотром фильмов - не очень
БУДЬТЕ ОПТИМИСТИЧНЫ	займитесь тем, что умеете делать лучше всего, занятие любимым делом придаст вам сил