

СТРЕСУЄШ? ГАЙДА ЗАЗЕМЛЯТИСЬ!

Це вже заземлення?



→
М.З.Н.

АГРЕСУЄШ?
ПОГРАЙ І ЗАСПОКОЙСЯ!



«Клац-клац» - гра, що
треба!

→
M.Z.H.

**ВИГОРАЄШ?
ЧАС СЕРЬОЗНО ПОГОВОРТИ
ЗІ СВОЄЮ ІДЕАЛЬНІСТЮ...**



**Трясьця! У мене
емоційне вигорання!**

→
М.З.Н.



Настрій гуд!

**Як упоратись зі стресом,
панічними атаками, агресією
й вигоранням розповіли
у статті на #МАНплатформа**

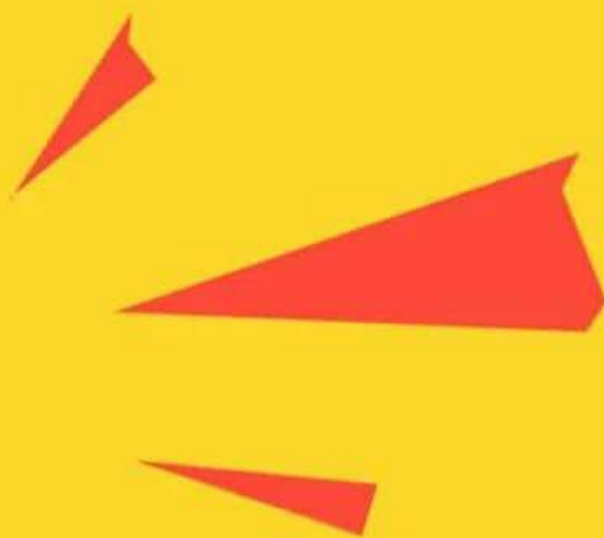


Піду почитаю статтю



МАН

5 ПРАКТИК САМОЗАСПОКОЄННЯ ВІД СВІТЛАНИ РОЙЗ



М.З.Н.