

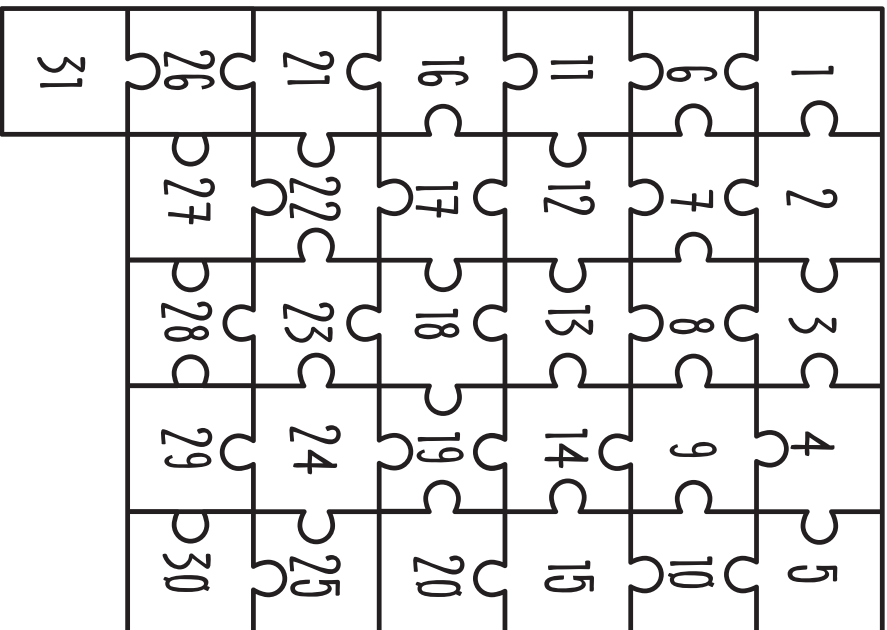
Привет! Я знаю, что тяжелые времена бывают. Этот дневник-раскраска будет твоей мини версией самотерапии. Отмечай цветом своё настроение каждый день, чтобы потом отследить изменения. А страницы для заметок ты можешь использовать как угодно! Рисуй, пиши, составляй списки. Это твоё безопасное место. Всё обязательно наладится!



до



после

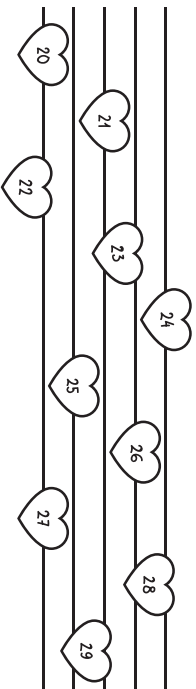
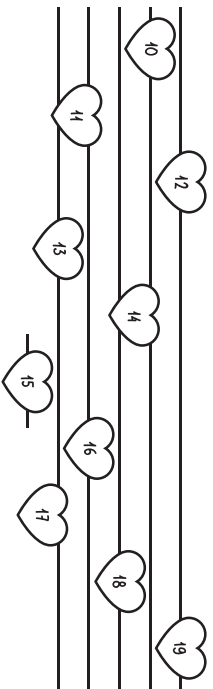
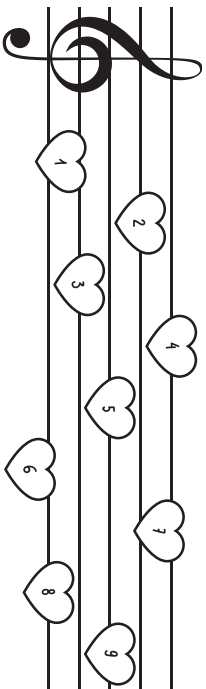


Счастлива

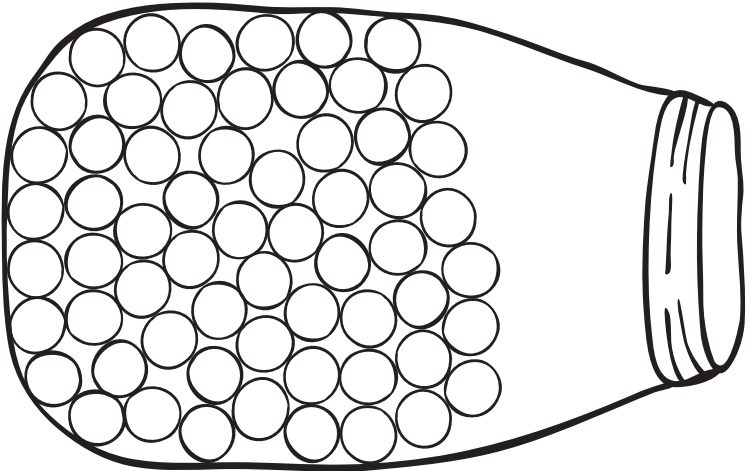
Устала

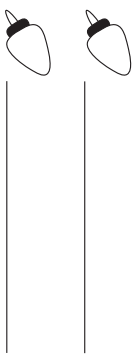
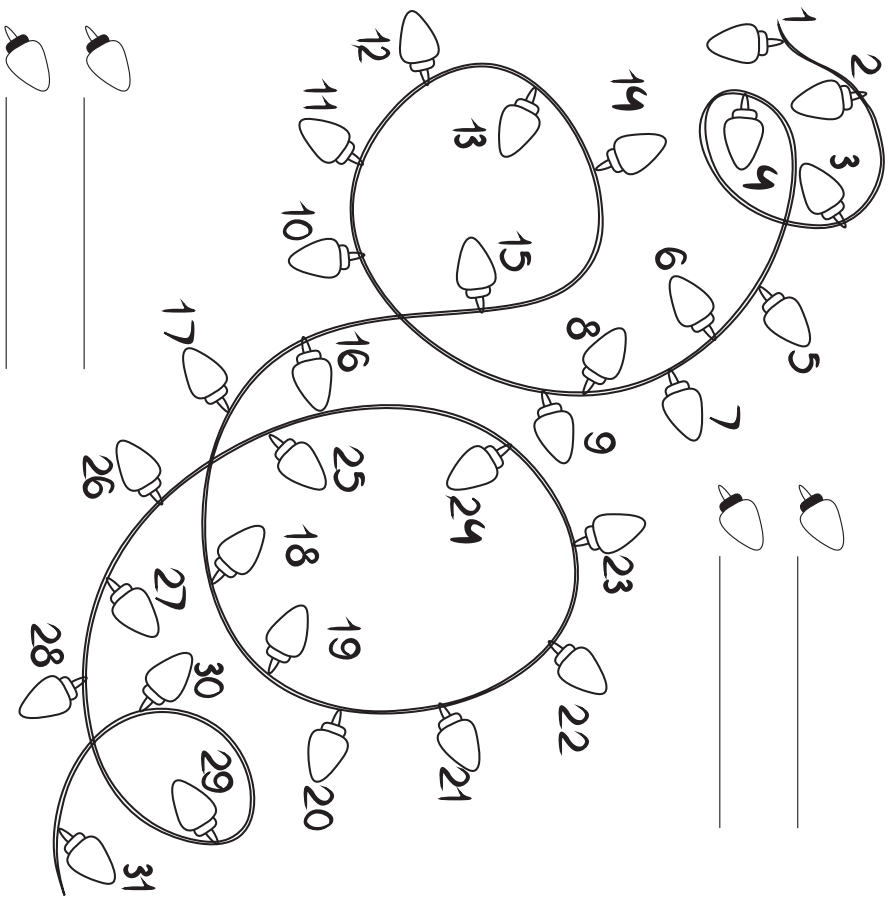
Тревожно

Спокойно



« _____ » _____





« _____ » _____

