

10

LIETAS, KO MĀCĪTIES NO
CILVĒKIEM AR GARĪGA
RAKSTURA TRAUCĒJUMIEM

1 PRIECĀJIES
PAR KATRU DIENU!



TU ESI STIPRĀKS,
NEKĀ TU DOMĀ **2**

3 SAPRATNE UN ATBALSTS
IR ĻOTI SVARĪGS



DZĪVE MŪSU PLĀNOS
VAR IEVIEST KOREKCIJAS **4**

5 TU VARI ĪSTENOT
SAVUS SAPŅUS UN VĒLMES



NEPADODIES! **6**



7 SLIMĪBA NENOSAKA
TAVU PERSONĪBU



SVARĪGI RŪPĒTIES PAR SAVU
FIZISKO UN GARĪGO VESELĪBU **8**



9 PALĪDZĪBAS LŪGŠANA
NENOZĪMĒ VĀJUMU



FIZISKĀS AKTIVITĀTES
BŪTISKI UZLABO PAŠSAJĪTU **10**

