



VZDRŽUJMO DRUŽABNO ŽIVLJENJE IN STIKE Z BLIŽNJIMI.

POKUSIMO IZVAJATI MEDITATIVNE, SPROSTITIVNE ALI DIHALNE VAJE.

OSREDOTOČIMO SE NA DEJAVNOSTI, KI NAS RAZVESELJUJEJO. NAJ TE POSTANEJO DEL NAŠE VSAKODNEVNE RUTINE.

ODKRIJMO NOVE INTERESE, DEJAVNOSTI IN HOBIJE.