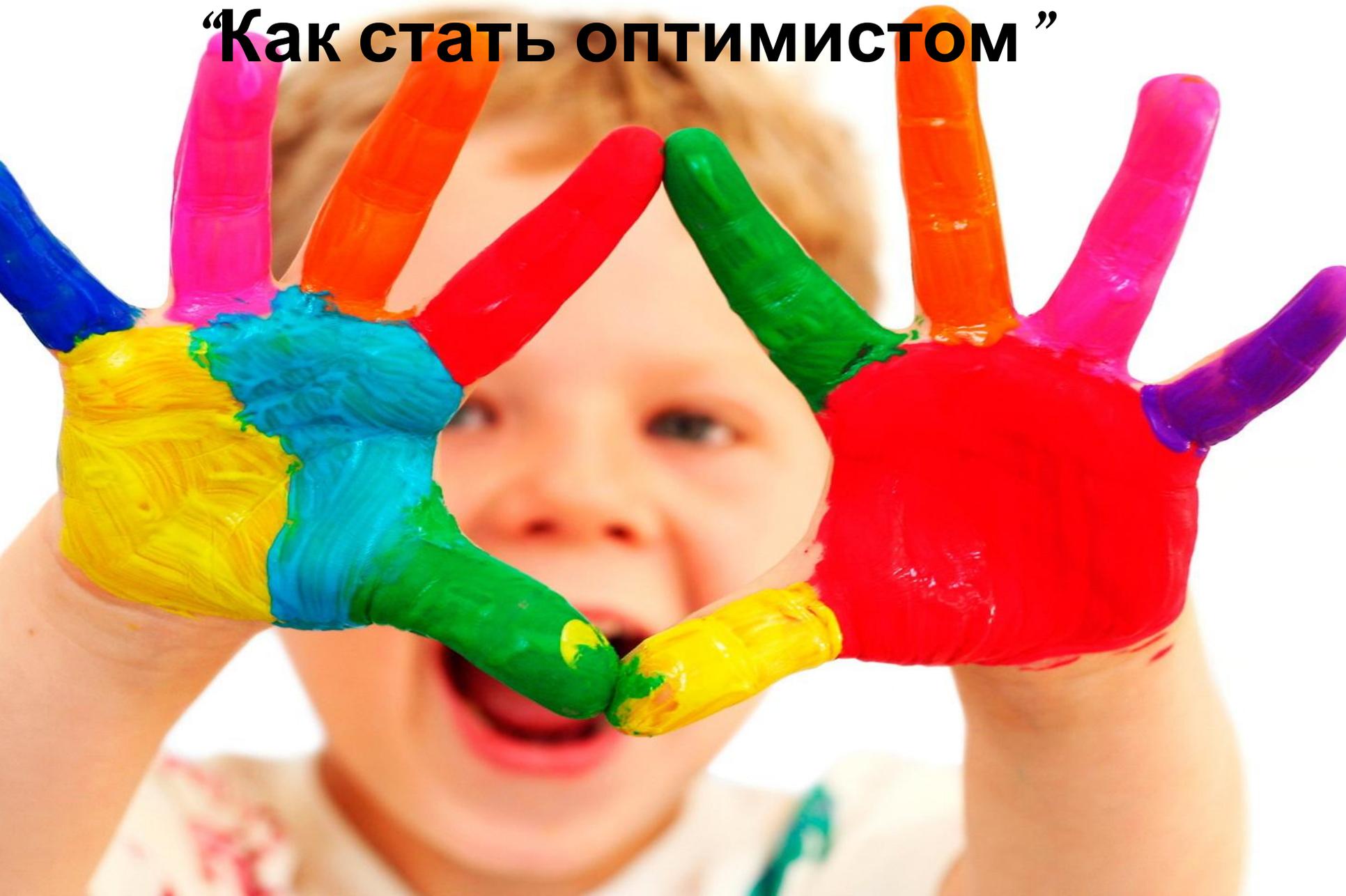
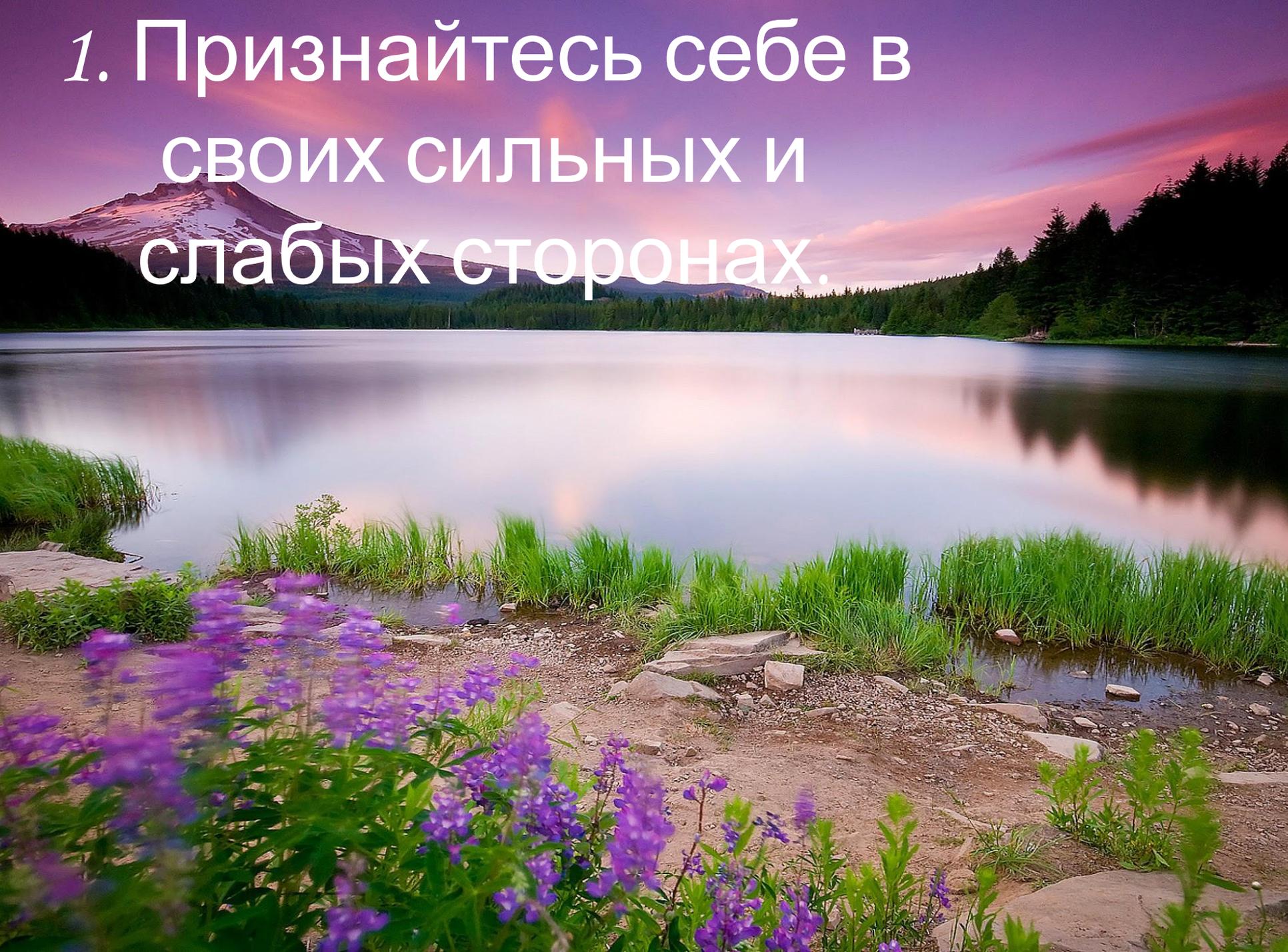


ПАМЯТКА

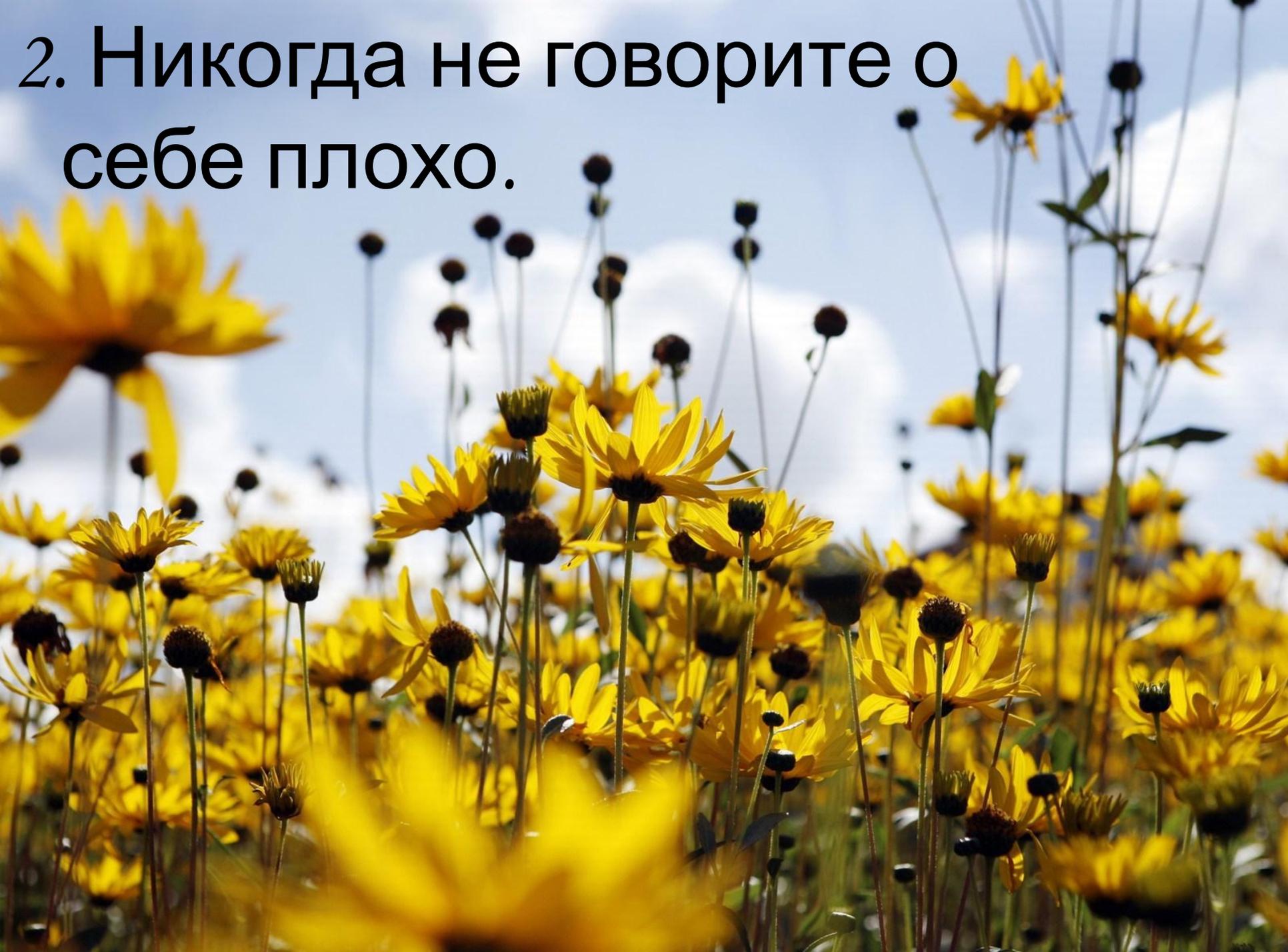
“Как стать оптимистом”

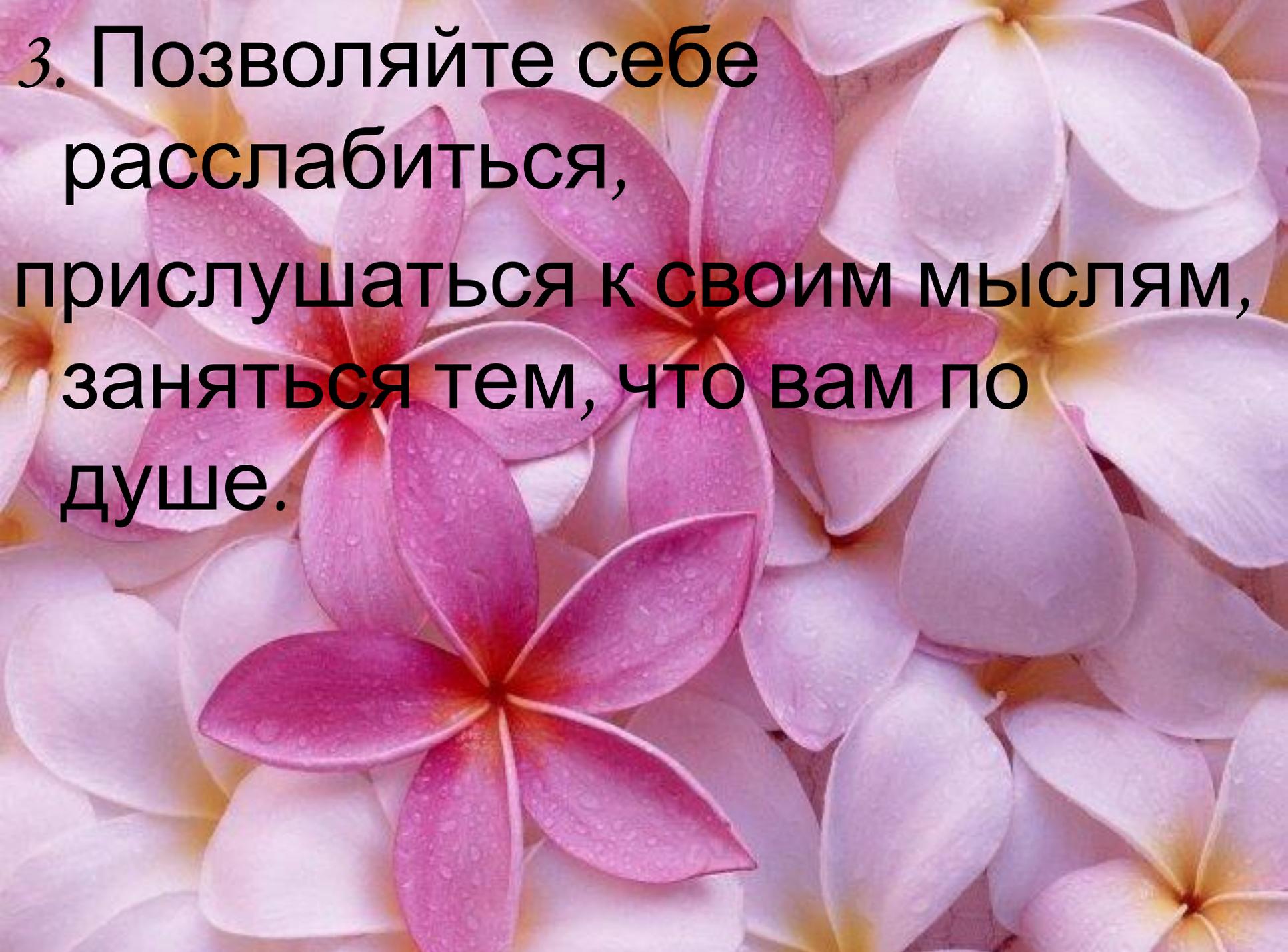


1. Признайтесь себе в
своих сильных и
слабых сторонах.



2. **Никогда не говорите о себе плохо.**



The background of the image is a close-up, high-angle shot of numerous flowers, likely plumerias, in shades of light pink and white. The petals are layered and overlapping, creating a dense, textured appearance. Small, clear water droplets are scattered across the surfaces of the petals, adding a fresh and delicate quality to the scene. The lighting is soft and even, highlighting the natural colors and textures of the blooms.

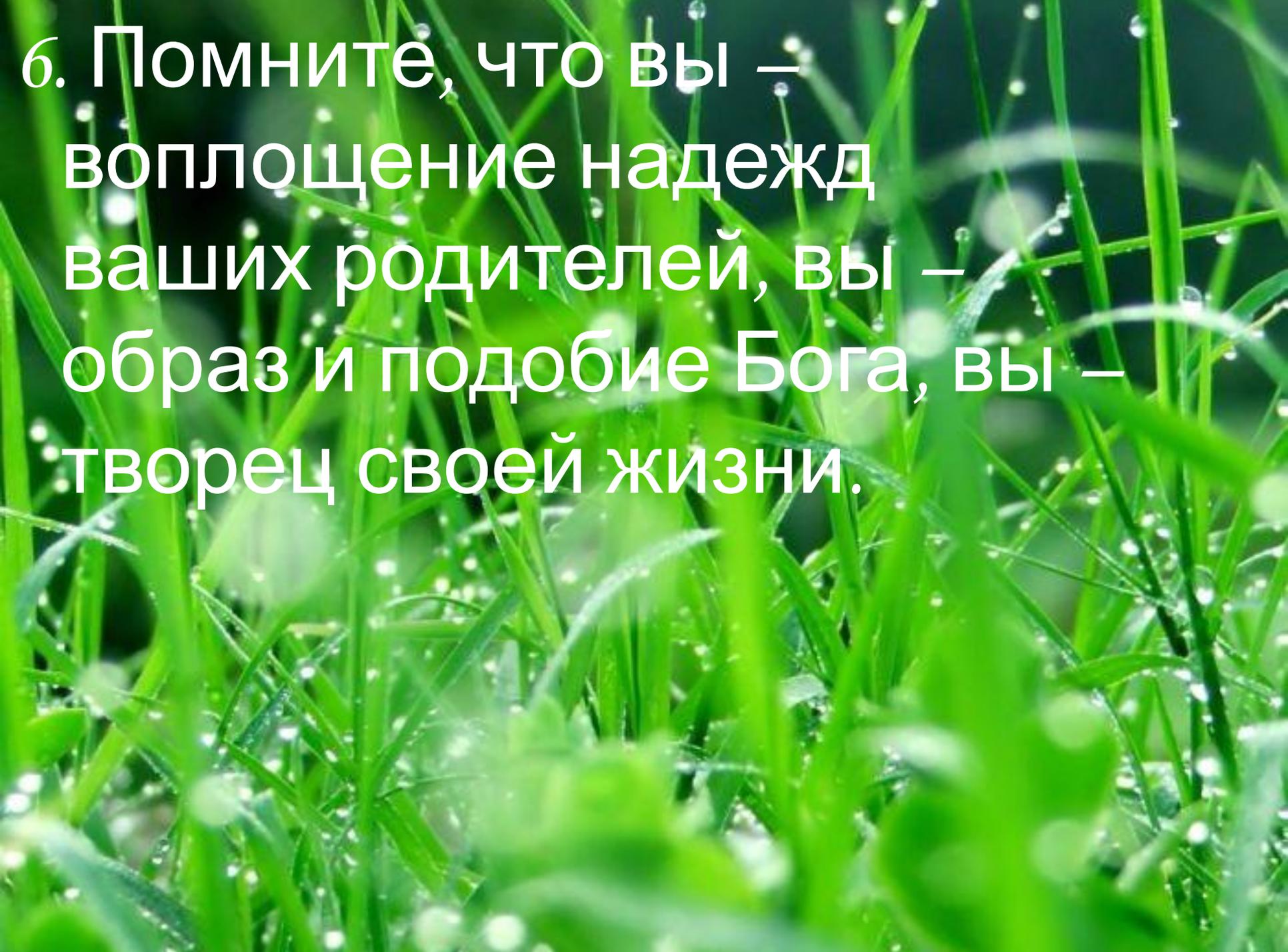
**3. Позволяйте себе
расслабиться,
прислушаться к своим мыслям,
заняться тем, что вам по
душе.**

4. Ваши друзья и близкие
тоже испытывают
неуверенность. Помогите
им!



5. Радуйтесь каждому
своему успеху на пути к
этим целям, хвалите себя.





6. Помните, что вы –
воплощение надежд
ваших родителей, вы –
образ и подобие Бога, вы –
творец своей жизни.