

## СПИСОК РЕСУРСОВ «ЧТО МЕНЯ НАПОЛНЯЕТ»

Усталость, выгорание, отсутствие времени для себя — главные факторы депрессии в этот период.

### Что даёт:

- найти то, что быстро возвращает энергию
- строить реальные мини-ритуалы восстановления
- за 3 минуты улучшать состояние

### Что ты получаешь:

- ✓ настоящий ресурс для «мамы на нуле»
- ✓ возможность быстро восстановиться
- ✓ простой инструмент для ежедневного использования



ассистенты



избранное



dream room



профиль