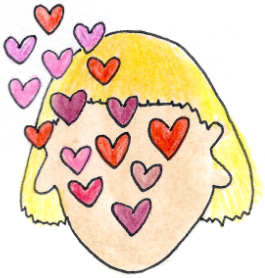
OLE HYVÄ

sinulle

© Värinautit

Usko, että osaat.

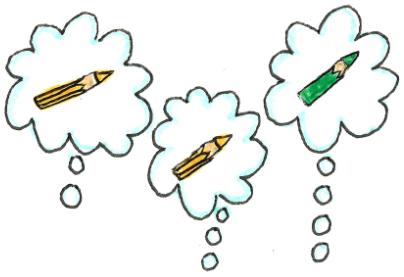


Puhu itsellesi kauniisti.

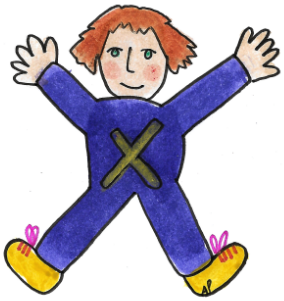
Ole rohkeasti oma itsesi.

Vietä aikaa kavereiden kanssa.

Muista, että kaikki tunteet kuuluvat elämään.



Uskalla olla eri mieltä.



Muista leikkiä, liikkua ja levätä.

Opettele ja kokeile rauhassa.

Tee lempiasioitasi.