



Myslíš, že sa máš rád? Akceptuješ všetky svoje chyby a snažíš sa vy-
zdvihnúť všetky svoje prednosti a
ukázať svetu, aký dokonalý človek si?
Ak nie, urob to!

Váž si sám seba, nikto nie je rovna-
ký, každý jeden z nás je jedinečný a
úžasný. Ak necháš ľudí, aby si z teba
uťahovali, budú a tebe to nepomôže,
začneš o sebe pochybovať. Vážne je to
to, čo chceš?

Sprav si vlastný svet dokonalým, je to
o твоjich myšlienkach a reakciách.
Prečo sa stále orientujeme na doko-
nalosť na sociálnych sieťach, ktoré sú
len umelo vytvorené? Samé pózy, fil-
tre a retuš. Nie je lepšie byť jedinečný
a sám sebou? Áno, viem, aj mne sa to
ťažko hovorí, veď kto by len nechcel
byť dokonalý?

Ak sa začneš starať viac o seba, môžeš
začať cvičiť alebo používať masku na
tvár. Na tom nezáleží... budeš sa cítiť



SEBA LÁSKA

ALEBO

lepšie.

Začni sa
chrániť
od zlých
vecí a
„prie-
lov“.

Nebud' sklamaný z chýb, v každej
chybe sa vždy dá nájsť niečo pozitív-
ne, čo nám pomôže k lepšiemu za-
jtrajšku. Necíť sa zahanbený, že máš
zlú náladu alebo zlý deň, aj ten prejde
... každý ho má, je to súčasť nášho
života. Nikomu nedovoľ, aby ti hovo-
ril, čo máš a čo nemáš robiť, čo je pre
teba dobré a čo zlé. Urob to, čo cítiš.
Neboj sa

Selflove je jediná láska na celý život.
Nie je len o vzťahu k vlastnému vý-
zoru, ale aj o povahe a chybách či
nedokonalostiach, ktoré nás robia
dokonalými. Ak budeme akceptovať
samých seba, budeme akceptovať
chyby aj ostatných. Začneme si vážiť
samých seba a dôvod, prečo sme tu....

DAJ SEBA NA PRVÉ MIESTO!

Ukážme, akí sme sebavedomí, vieme,
že sme úžasní.

Majme radi samých seba a život bude
krajší.

SELF LOVE