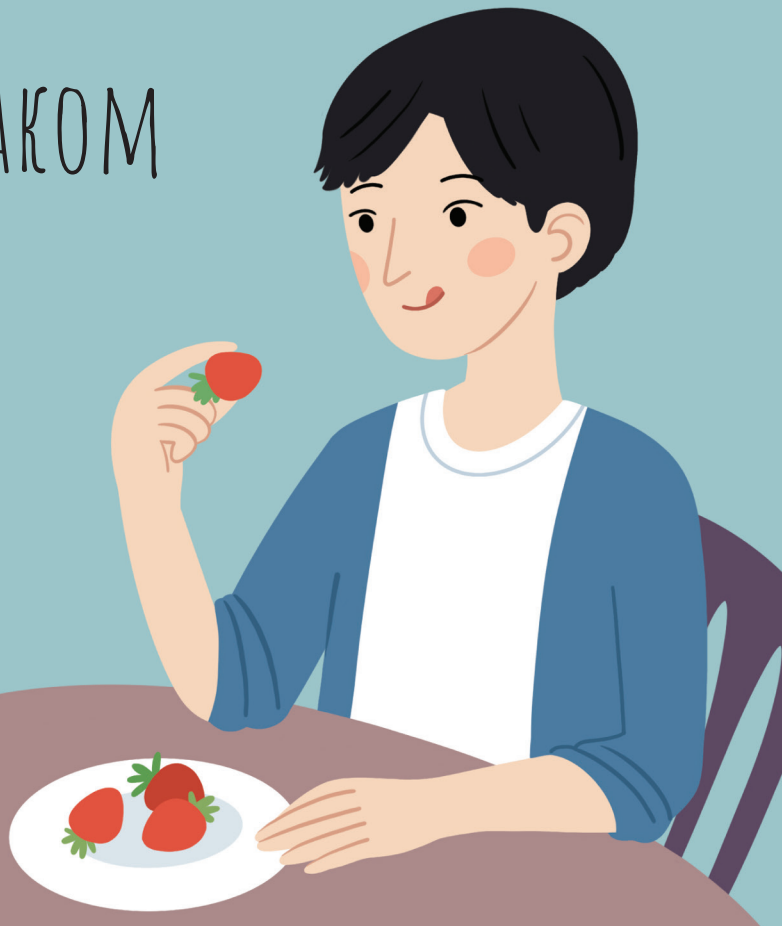
КАЛЕНДАР-ПОРАДНИК

РЕКОМЕНДАЦІЇ СВІТЛАНИ РОЙЗ

ДЕНЬ 22

З'ЇЖТЕ ЩОСЬ ІЗ НАСИЧЕНИМ СМАКОМ

Коли людина переживає сильну емоцію, вона перебуває під її впливом. Вийти з-під влади домінуючої емоції допоможе «перемикання каналу». Їжа з сильним, виразним смаком, ароматом перефокусовує увагу на себе. Буквально — виводить за «територію напруги». Врешті, звернути увагу на смак їжі — це зробити внесок у канал ресурсу «смак».



СМАРТ ОСВІТА
НУШ НОВА УКРАЇНСЬКА ШКОЛА
USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE
unicef