

Jag som sitter hemma med nedragna gardiner och ser alla på insta som är ute och har kul i sommarvärmen



Lär dig att:

1 förstå

varför mår jag som jag mår?

2 hantera

vad kan jag göra åt det?

3 stötta

hur pratar jag med någon som är nere?

Vad är det här?
Scanna så får du se!

