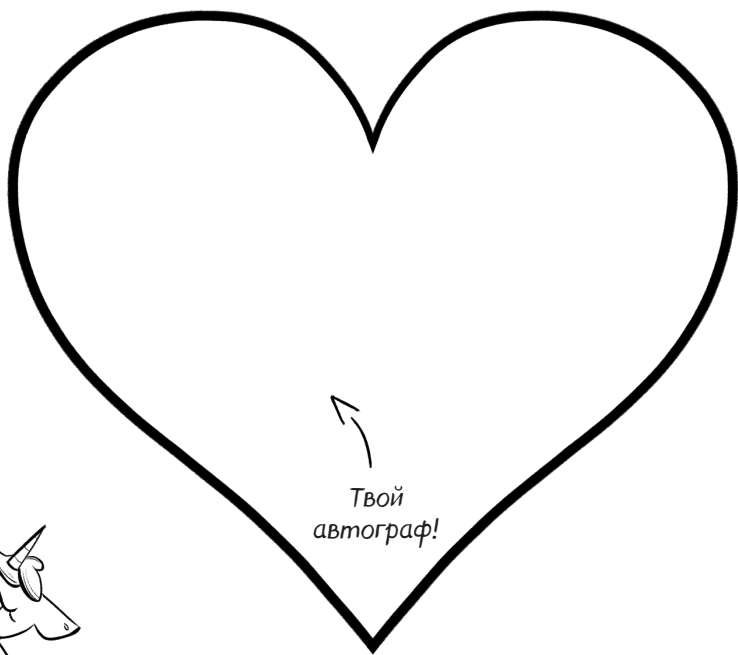




ЭТОТ ДНЕВНИК ПРИНАДЛЕЖИТ
ОЧЕНЬ ОСОБЕННОЙ ДЕВОЧКЕ.
ЭТА ДЕВОЧКА — ТЫ!

Раскрась
разными
цветами!



Твой
автограф!



ПРАГЬЯ ТОМАР

Иллюстрация на обложку Джулии Якопини

Иллюстрации внутри книги

МИКЕЛЫ ФИОРИ





Посвящается Нишке

*Ты была ответом
каждый раз,
когда я смотрела на небо
и просила
о чуде...*





Привет!

Меня зовут Прагья, я написала этот дневник специально для тебя. Я хочу поделиться с тобой своим опытом, потому что верю, что могу помочь тебе вырасти уверенной, вдохновляющей и мудрой девушкой. Правильное мышление и настрой могут изменить твою жизнь. Я писала этот дневник для своей дочери, и она предложила мне поделиться им со всеми девочками в мире. Я хочу, чтобы ты знала, что я верю в тебя и хочу помочь тебе узнать себя лучше, чтобы ты могла вести счастливую и полную жизнь.

С любовью и признательностью,

Прагья Томар





Помни

Этот дневник — твоё личное пространство, в котором ты можешь выразить свою уникальную реальность. Он поможет тебе изучить и понять себя, поэтому смело пиши свои идеи и мысли.



БУДУЧИ СОБОЙ,
ТЫ ДАРИШЬ МИРУ НЕЧТО
УДИВИТЕЛЬНОЕ,
ЧЕГО РАНЬШЕ
НЕ СУЩЕСТВОВАЛО.

Раскрась буквы своими любимыми цветами!



Томас Элиот





Моё реальное имя:

Имя, которое я бы хотела:

Друзья зовут меня:

Родители зовут меня:

Языки, которые я знаю:

Моя ЛП (лучшая подруга):

Мой день рождения:

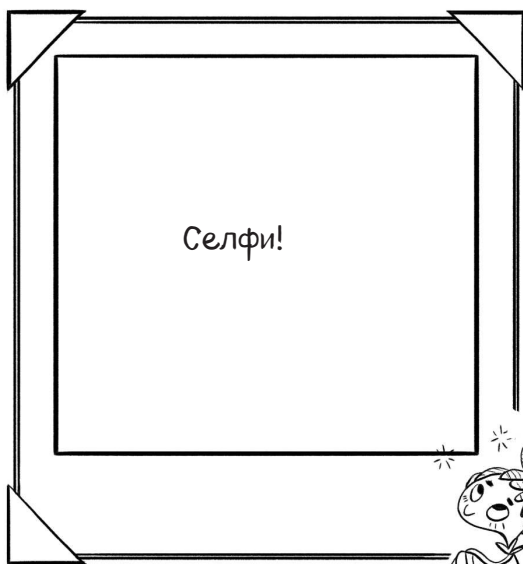
Мой возраст:

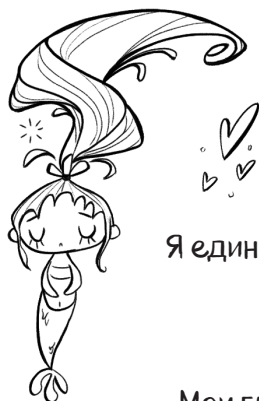
Я родилась в:

Я бы хотела родиться в:

Мой самый большой секрет:

Моя подпись:





О ТЕБЕ!

Я единственный ☐ младший ☐ средний ☐ старший ребёнок.

нарисуй себя

Мои глаза:

- ☐ зелёные
- ☐ голубые
- ☐ карие
- ☐ чёрные
- ☐ другие _____

Мои волосы:

- ☐ короткие
- ☐ длинные
- ☐ кудрявые
- ☐ прямые

Я учусь в _____ классе



Я люблю носить:



5 слов, описывающих меня:

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐



Я встаю в:

Я ложусь в:



Я живу с

- ☐ родителями
- ☐ мамой или папой
- ☐ бабушкой и дедушкой
- ☐ сёстрами и братьями
- ☐ опекуном

Имя моего питомца:





5 Вещей, которые мне нравятся в себе:



1)

2)

3)

4)

5)





БУДЬ СОБОЙ. ТВОЯ
ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ
НАМНОГО ИНТЕРЕСНЕЕ
И ЦЕННЕЕ, ЧЕМ
ТВОЁ УМЕНИЕ
СООТВЕТСТВОВАТЬ.



Раскрась это
с любовью!





РАССКАЖИ МНЕ БОЛЬШЕ



Мой любимый цвет

Мой любимый урок

Я счастливее всего,
когда

Мой любимый фильм

Моё любимое блюдо

Я ненавижу, когда

Вчера я

Многие люди не знают,
что я

Если бы я выиграла
в лотерею, то

Завтра я

Сейчас я чувствую себя

Моё любимое
воспоминание





Я — ШЕДЕВР!

Ты — настоящее произведение искусства. Во всём мире не найдётся такого же человека, как ты. Ты так прекрасна, так любима, так добра и по-настоящему уникальна. У тебя есть мечты и идеи, о которых никто другой никогда не думал и в которых так остро нуждается мир. Не притворяйся тем, кем ты не являешься. Ты сильная, красивая, умная и храбрая. Ты — моё определение идеала.





Раскрась, пожалуйста, эти аффирмации,
проговаривая их вслух.

