



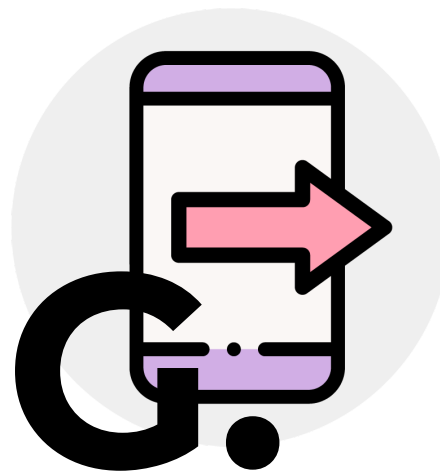
#maradjotthon maradj **NY.U.G.I.** a #koronavirus idején



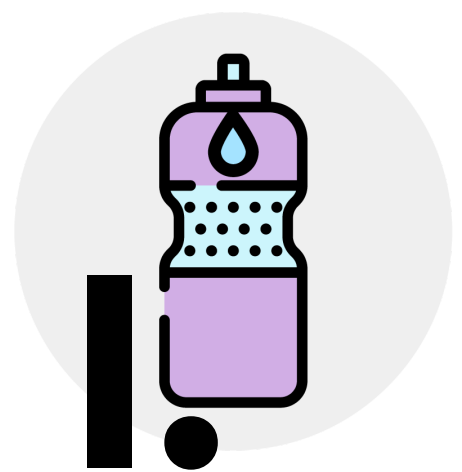
**Nyugtató
zenét hallgass.**



**Unalom és
stressz helyett:
meditálj, jógázz.**



**Gondolj a
barátaidra, a
családodra:
hívd fel őket!**



**Igyál minél
több vizet,
kerüld a
koffeint!**