

# SELF love



MARI MENERIMA , MENGHARGAI, MELINDUNGI DAN LEMBUT TERHADAP DIRI

BANGGALAH  
DENGAN  
PENCAPAIAN

BERIKIR, BERBICARA DAN  
BERBICARA KEPADA DIRI  
DENGAN KEBAIKAN

MEMAAFKAN DIRI

DENGARKAN  
TUBUHMU



KETAHUI DAN TERIMA  
PERASAANMU

TERIMALAH  
BANTUAN



KATAKAN TIDAK JIKA  
MERASA KURANG  
NYAMAN  
DIBANDIKAN

TETAPKAN  
BATASAN YANG  
SEHAT

