

IMIĘ: _____

DATA: _____

ZDROWIE PSYCHICZNE

10 października został ustanowiony przez Światową Organizację Zdrowia jako Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego.

.....

W poniższej tabeli wypisz czynności, które lubisz robić, zaczynając od tych, które sprawiają Ci największą przyjemność. Wykonuj je od dzisiaj do końca tygodnia, niech umilą Ci czas ;))

1

2

3

4

5

6

7