



Jak radzić sobie ze stresem?

Stres obecny w naszym życiu powoduje, że adrenalina krąży w naszym organizmie i byśmy byli zdrowi musimy dać jej upust. Jak to zrobić?

Obejrzyj film:

<https://www.bing.com/videos/search?q=jak+radzi%c4%87+sobie+ze+stresem+film+dla+dzieci&&view=detail&mid=DBE91746C2EAF0716477DBE91746C2EAF0716477&&FORM=VDRVRV>

techniki relaksacyjne:

<https://www.bing.com/videos/search?q=jak+radzi%c4%87+sobie+ze+stresem+film+dla+dzieci&&view=detail&mid=D81D4A0912E61A48108FD81D4A0912E61A48108F&&FORM=VDRVRV>

