

Plán, jak být v pohodě

Jméno:

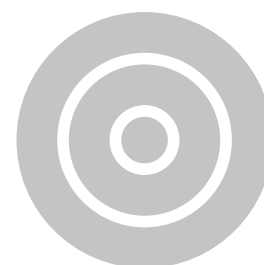
Jak probíhá můj **dobrý den**? Co mi pomáhá cítit se dobře a být v pohodě?



Jak probíhá můj **špatný den**? Co způsobuje, že se cítím špatně a jsem v nepohodě?



Co je potřeba udělat a změnit, abych zažíval/a méně špatných dnů a více dobrých dnů:



Datum zpracování:

adpontes.cz