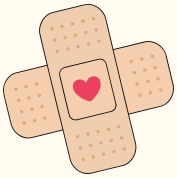


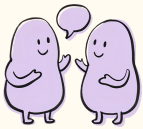
Moja lekárnička prvej pomoci pri psychickej nepohode

Moja záchranná pesnička: _____

(Táto pesnička ma dokáže ukľudniť.)

Moja obľúbená aktivita:_____

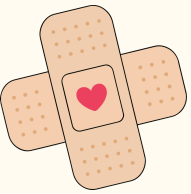
(Čo robím, keď si chcem "vyčistiť hlavu")



Človek, ktorému verím: _____

(Komu sa môžem ozvať, keď mi je ťažko)

www.edusmile.sk



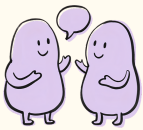
Moja lekárnička prvej pomoci pri psychickej nepohode

Moja záchranná pesnička: _____

(Táto pesnička ma dokáže ukľudniť.)

Moja obľúbená aktivita:_____

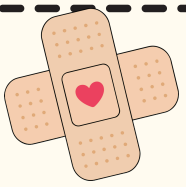
(Čo robím, keď si chcem "vyčistiť hlavu")



Človek, ktorému verím: _____

(Komu sa môžem ozvať, keď mi je ťažko)

www.edusmile.sk



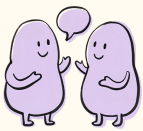
Moja lekárnička prvej pomoci pri psychickej nepohode

Moja záchranná pesnička: _____

(Táto pesnička ma dokáže ukľudniť.)

Moja obľúbená aktivita:_____

(Čo robím, keď si chcem "vyčistiť hlavu")



Človek, ktorému verím: _____

(Komu sa môžem ozvať, keď mi je ťažko)

www.edusmile.sk