



POMAGAMY POKONAĆ STRES, LĘK I DEPRESJĘ

☐ Czas pandemii jest NIEZWYKLE TRUDNY dla nas wszystkich. ze względu na przedłużającą się SAMOTNOŚĆ, IZOLACJĘ społeczną, NIEPEWNOŚĆ, LĘK przed utratą pracy czy chorobą. Zapewne Ty i Twoi bliscy odczuwacie już CHRONICZNY STRES I SPADKI NASTROJU . Możliwe że próbowaliście je rozładować...

Scan the qr code with your phone camera or go to the following address

<https://zrzutka.pl/en/6yv8a9>

