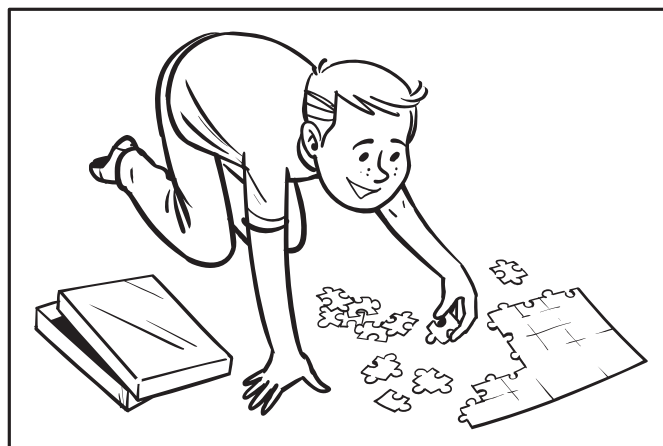
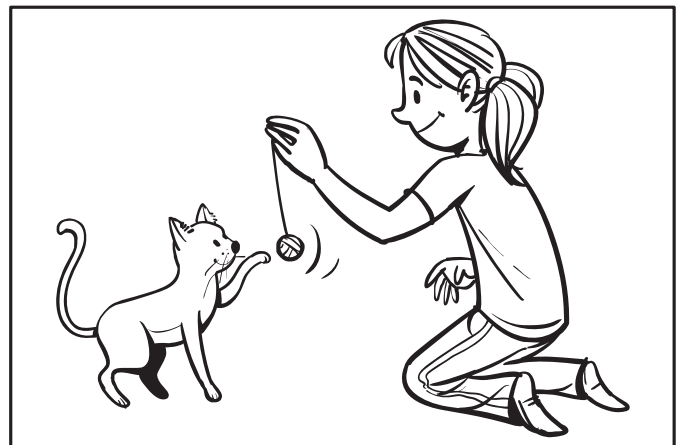
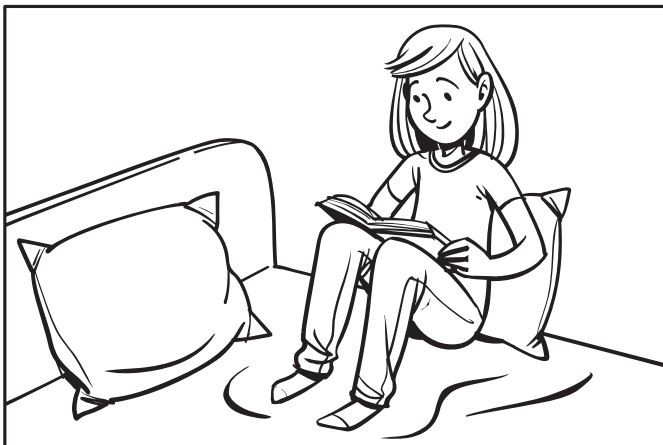
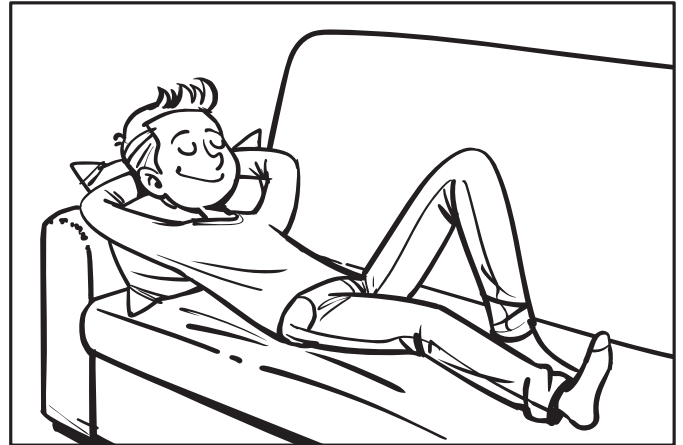




## Moje sposoby na relaks

Przyjrzyj się ilustracjom. Zaznacz te aktywności, które wpływają na Ciebie relaksująco.





## Muzyczna gama emocji

Zastanów się, jak się czujesz, słuchając poszczególnych utworów muzycznych. W odpowiednich prostokątach narysuj swoje emocje.

1 – dźwięki natury	2 – gongi
3 – muzyka Indian	4 – muzyka do snu