

**Temat: Sposoby radzenia sobie ze stresem.**

**02 i 16.04.2020**

**Polecam lekturę podaną w poniższym linku. Jest tam opisane, co to jest stres oraz jak sobie z nim radzić.**

<http://www.szpitaljp2.krakow.pl/fileadmin/media/marketing/1stres%20.pdf?fbclid=IwAR2GGOI ZGhbxy8Fkm0uRypZDwf1n0zxAYJAvXsm5VIJY-EP2eMGu2YpROAk>

Paulina Midera

Źródło

[www.szpitaljp2.krakow.pl](http://www.szpitaljp2.krakow.pl)