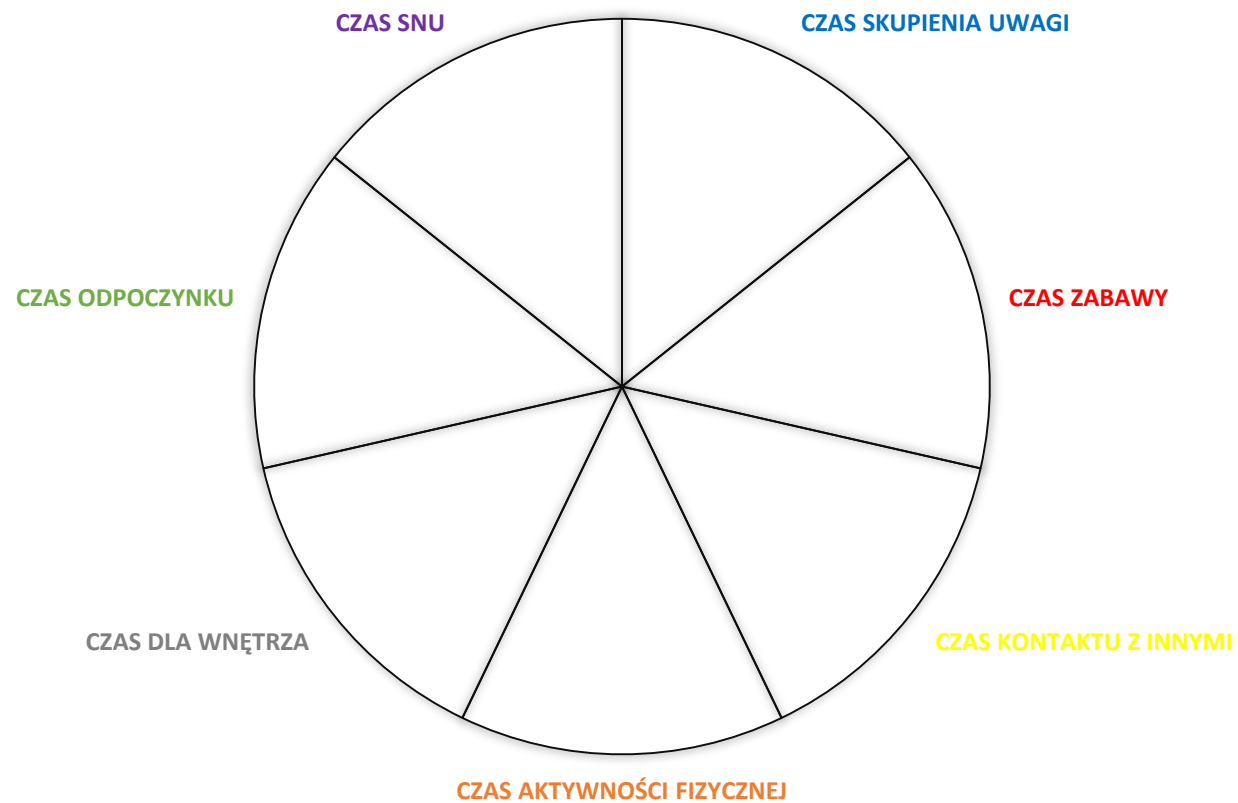


## ZDROWY PÓLMISEK UMYSŁOWY



Oprac. Monika Iskierka-Mreńca /[www.monikaiskierka.pl/](http://www.monikaiskierka.pl/) w oparciu o *Healthy Mind Platter* (Zdrowy Półmisek Umysłowy), ©David Rock i Daniel J. Siegel, 2011