

Cytat na dziś:

"Usuń ze swojego słownika słowo „problem” i zastąp słowem „wyzwanie”

~Albert Camus



Radzenie sobie ze stresem szkolnym i egzaminacyjnym

Koniec semestru zbliża się dużymi krokami. Kartkówki, sprawdziany, poprawianie ocen, pośpiech wpływa na nas bardzo stresująco. W prezentacji znajdziecie garść informacji na temat tego jak poradzić sobie ze stresem szkolnym i egzaminacyjnym.

Magdalena Gajerska-Kozak