

Minikurz

# Osobní plán k sebeuzdravení aneb co dělat, když nic nepomáhá

pracovní list



## Můj uzdravovací plán

♥ Úvodní mindset

---

---

---

---

---

---

---

---

♥ Jak pomohu svému tělu na fyzické úrovni

---

---

---

---

---

---

---

---

♥ Jak budu pracovat s psychikou

---

---

---

---

---

---

---

---