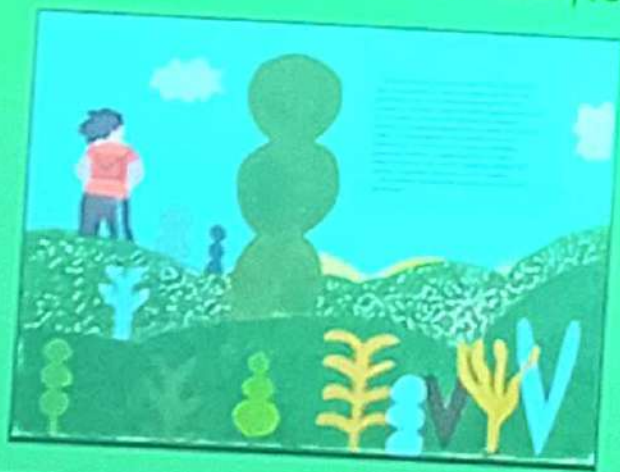


5-4-3-2-1 Ενσυνειδητότητα



- Πες 5 πράγματα που βλέπεις.
- Πες 4 πράγματα που μπορείς να αγγίξεις.
- Πες 3 πράγματα που μπορείς να ακούσεις.
- Πες 2 πράγματα που μπορείς να μυρίσεις.
- Πες 1 πράγμα που μπορείς να φας.

