

# 5 kroków proszenia o pomoc

Boisz się poprosić o pomoc? Naucz się jak to się robi, poćwicz !

Kiedy potrzebujesz – proś o pomoc, ale pamiętaj – Ty też pomagaj innym, jeśli tylko możesz i potrafisz. Obejrzyj poniższy filmik:

<https://www.youtube.com/watch?v=cdKgarL3H1c>